

2024-06-27

Grundläggande psykoterapiutbildning (steg 1) med kognitiv beteendeterapeutisk (KBT) inriktning, med extra fokus kring beroende

Nova Utbildning, FoU & Affärsutveckling (Nova) har bedrivit Grundläggande psykoterapiutbildningar i Kognitiv beteendeterapi sedan 2005 och bjuder härmed in till ännu en utbildningsomgång. Upplägget av denna kurs är i sitt grundupplägg likadan som tidigare utbildningar förutom att delkursen ”Psykoteraeutiska teorier och metoder inom KBT” kommer att ha extra fokus kring hur man behandlar beroendeproblematik i olika former. Utifrån att Statens Offentliga Utredningar (SOU 2021:93) föreslagit att behandling för skadligt bruk ska ges samordnat med behandling för andra psykiatriska tillstånd, är det viktigt att få mer kunskap kring hur man behandlar beroende och samsjuklighet jämfört med tidigare.

Om KBT

Kognitiv Beteendeterapi (KBT) är den internationellt använda beteckningen för den behandlingsform som kombinerar kognitiva och beteendeterapeutiska principer. KBT är dominerande inom kontrollerad klinisk forskning och enligt tillgängliga studier också den mest effektiva behandlingsformen. Det gäller nästan alla problemområden där kontrollerade studier finns. Forskning visar också att KBT är en terapiform som är mycket uppskattad av klienter och anhöriga. KBT är vidare den idag snabbast växande psykoterapiformen.

KBT brukar kort karakteriseras som en strukturerad, mål- och probleminriktad, aktiv och pedagogiskt upplagd psykoterapiform. Klienten är aktiv i formulerandet av mål för behandlingen och terapeuten lägger upp behandlingsinsatser utifrån vilka metoder som är evidensbaserade för den aktuella problematiken. Behandlingen är transparent och klienten kommer under hela behandlingen att förstå vad som görs och varför det görs i relation till målsättningen för behandlingen.

Efter avslutad utbildning ska den studerande besitta sådana kunskaper och färdigheter som fordras för att under handledning kunna bedriva psykoterapi med inriktningen kognitiv beteendeterapi.

Kvalitet i utbildningen

Vi garanterar kvaliteten på utbildningen på flera sätt:

- Kursen har professor emeritus Lars-Göran Öst som examinator. Han har en mycket lång erfarenhet av psykoterapiutbildningar och är en centralperson inom svensk psykoterapiforskning.
- Samtliga lärare har gedigen klinisk erfarenhet inom sitt område och flera har även forskarerfarenhet.
- Alla handledare är legitimerade psykoterapeuter samt godkända handledare i psykoterapi.
- Kursledningen håller strikt på närvaro samt examination av alla kursdelar.

Deltagarna i tidigare grundläggande kurser har haft stor användning av sina nya kunskaper. I flera fall har speciella tjänster inrättats för skötare och sjuksköterskor för att ge dem goda möjligheter till KBT-arbete. Kursen passar också bra för läkare under specialistutbildning.

Samtliga lärare är väl meriterade och uppdaterade kring sina ämnen. Litteraturen ändras fortlöpande för att få med det senaste, vilket är anledning till att vi vid kursens början inte kan ge dig en fullständig litteraturlista.

Behörighetskrav

För att vara behörig att gå utbildningen måste villkoren för såväl grundläggande som särskild behörighet vara uppfyllda. Kursledningen förbehåller sig rätten att göra bedömningen av lämplighet för utbildningen utifrån ansökningar och eventuella intervjuer.

Grundläggande behörighet

För att vara behörig till utbildningen behöver du ha grundläggande behörighet (svenskt eller från ett annat land) samt godkända betyg (E/G/3) i någon av följande kombinationer av gymnasiekurser, eller motsvarande kunskaper:

- Svenska 2 eller Svenska som andra språk 2
- Engelska 5

Särskild behörighet

Har den som

- har en anställning i en verksamhet som omfattas av HSL (hälso- och sjukvårdslagen) eller SoL (socialtjänstlagen) och
- som under utbildningstiden har arbetsuppgifter med inslag av psykoterapeutiskt arbete som kan utgöra underlag för meningsfull handledning.

Behörighet att söka påbyggnadsutbildning

Genomgången grundläggande psykoterapiutbildning (steg 1) hos Nova har hittills alltid godkänts av utbildningsgivare för att söka den behörighet som behövs för att söka den legitimationsgrundande psykoterapiutbildningen (steg 2). Se respektive utbildningsanordnarens hemsida för antagningskrav.

Urval av sökande

Urval av sökande görs av kursledningen. Följande faktorer styr:

- Att sökanden uppfyller grundläggande och särskild behörighet.
- Nuvarande och tidigare yrkeserfarenheter.
- Den aktuella anställningens innehåll.
- Inslag av psykiatriska, beteendevetenskapliga, och psykoterapeutiska kurser i den sökandes grund- och vidareutbildning.
- Tidigare genomgångna kurser och utbildningar i kognitiv beteendeterapi, till exempel kurser som anordnats av Svenska föreningen för kognitiva och beteendearterapeutiska terapier eller Beteendeterapeutiska föreningen

Antalet platser

16

Kursens nivå och omfattning

Utbildningen är på grundläggande nivå och pågår under fyra terminer och motsvarar i omfattning 45 högskolepoäng. Detta motsvarar en tidsåtgång per termin om ca 40 % av en heltid.

Undervisning

Det teoretiska momentet omfattar 240 timmar. Det innebär trettio heldagars undervisning, ca tio per termin 1 till 3. Undervisningen kommer i huvudsak ske i Oskarshamn. Vissa föreläsningss dagar kommer att hänga samman, eftersom flera av lärarna har lång resväg. Som komplement till träffarna används en lärplattform för information och diskussion, inlämning av uppgifter och kommunikation mellan handledare och deltagare. Detaljerat schema för den första terminen lämnas i december, efter antagning till kursen.

Handledningen ges i grupper om fyra deltagare under termin 2-4 och omfattar 120 h. Detta moment kräver mest av deltagarna, men är helt avgörande för att ge en god psykoterapeutisk kompetens. Det har visat sig att utbildningen ger bättre effekt om handledningen startar termin två. Då har deltagarna fått en viss teoretisk bas att tillämpa i handledningen. Sista terminen ägnas nästan helt åt handledning. Det ger tid och kraft till att fördjupa sig i klientens behandling.

OBS! Momentet självkännedom och professionell utveckling (egenterapi) omfattas ej av kursavgiften. Detta moment skall göras på egen hand. Man kan göra detta på två sätt:

- 25 timmars individuell KBT utfört av legitimerad psykoterapeut med KBT-inriktning
eller
- 50 timmars gruppsykoterapi utfört av legitimerad psykoterapeut med KBT-inriktning.

2024-06-27

Delkurser och innehåll

| | |
|---|-------|
| Psykiatrisk diagnostik samt grundläggande beteendeanalys | 13 hp |
| Psykoterapeutiska teorier och metoder inom KBT | 29 hp |
| Vetenskapsteori och metodkunskaper för utvärdering och utveckling | 3 hp |

Introduktion

Presentation av kursen och deltagarna. Genomgång och diskussion kring kursplan och litteratur. Introduktion till KBT.

Etik och samtalsmetodik

Etik och samtalsmetodik. Den terapeutiska relationen, teori och övningar, diskussion och erfarenhetsutbyte.

Grundläggande teori

Här ges grunderna för den kognitiva och beteendeariktade teorin vid KBT. Eftersom teorin är omfattande kommer den att fortlöpande repeteras och fördjupas i senare moment, framförallt vid avsnitten kring psykoterapeutiska metoder och under handledningen. Förmåga att förstå och hantera teorin brukar uppkomma först i den praktiska tillämpningen.

Problemanalys (beteendeanalys samt kognitiv fallkonceptualisering)

Grunden för all behandling är en väl utförd problemanalys. Den omfattande KBT-analysen presenteras och övas. Eftersom detta avsnitt hör till de svårare, kommer vi att ägna problemanalysen stor uppmärksamhet under tillämpningsområden och handledning.

Grundläggande behandlingsmetodik

Flera dagar ägnas åt undervisning och övning kring ett antal vanliga terapeutiska strategier. Det gäller t ex kognitiva interventioner, olika copingtekniker och exponering. Specifika tillämpningar av dessa strategier sker under psykoterapeutiska tillämpningsområden och handledning.

Psykoterapeutiska metoder indelade efter tillämpningsområden

Kursens huvudavsnitt tar upp forskning, problemanalys och behandling för ett flertal psykiatriska problemområden. För varje område är det vår ambition att engagera väl kända och kunniga personer för undervisning. För alla syndrom som tas upp går vi igenom diagnostik samt psykopatologi (etiologi, vidmakthållande, fenomenologi, epidemiologi).

Behandlingsmetodiken ägnas huvuddelen av tiden och tar upp teori och metod som övas med hjälp av rollspel. Avsnittet går parallellt med handledningen. Handledarna är väl förtrodda med behandlingsmetodiken, varför kursdeltagarna får goda möjligheter att tillämpa och individualisera metoderna. Undervisningen tar också upp mätmetoder och diagnostiska hjälpmedel. Kursen täcker individual- och gruppterapi med vuxna och barn. Hur man kan arbeta med familjer kommer också att beröras. Tyngdpunkten ligger på individuell behandling inom vuxenpsykiatri. Det kommer också diskuteras hur samtidig farmakologisk behandling påverkar det psykoterapeutiska arbetet.

2024-06-27

Vi kommer fördjupa oss i beroendeproblematik och bl a ha utbildningsdagar kring CRA, CRAFT samt hur man kan behandla samsjuklighet.

Forsknings- och vetenskapsteori

Undervisning ges om metoder för psykoterapiforskning i allmänhet samt KBT-inriktad forskning i synnerhet. Vi har också fokus kring hur man kan bedöma forskning. Resultat från den nationella och internationella psykoterapiforskningen redovisas och diskuteras.

Avslutning och kursutvärdering

En kritisk granskning av utbildningens upplägg och innehåll görs samt en utvärdering av i vilken utsträckning utbildningens målsättning samt de individuella målsättningarna har kunnat förverkligas.

Handledning

Handledningen sker i grupper om max fyra deltagare under termin två till och med termin fyra och kan komma att ske på andra orter än Oskarshamn.

Närvarokravet är 80 % och tillämpas strikt. Som närvarande räknas endast de som sänt in sessionsrapport med inspelning från sessionen samt är fysiskt närvarande och aktivt deltar i gruppdiskussionerna.

Klienter som tas ska ha olika problem och symtombild och ska informeras om och godkänna att vi diskuterar deras behandling under handledningen. Varje session måste rapporteras med hjälp av en skriftlig rapport samt audio- eller videospelning. Behandlingsrapport ska skrivas för minst tre klienter för att avsnittet ska bli godkänt. Dessa rapporter omfattar problemanalys, bedömning, beskrivning av behandlingen och dess resultat samt diskussion. Handledningsrapporterna ska vara klara senast tre månader efter behandlingens avslutning eller senast tre månader efter avslutad handledning för klienter som har fortsatt behandling.

Handledaren avgör om kursdeltagarna uppfyller kursens krav på terapeutisk kompetens och personlig lämplighet. Beslut om eventuellt underkännande på momentet fattas av examinator i samråd med kursdeltagarens handledare.

Handledarna ska ha möjlighet att lyssna eller titta på inspelningarna innan handledningsträffen. Tillsammans med hela handledningsgruppen löser vi problem och gör ibland även rollspel kring terapins genomförande.

Observera att klienter inte tillhandahålls av Nova, utan det förväntas att den studerande själv genom arbetsgivaren ordnar kontakt med klienter och ser till att journalföringsmöjligheter finns i enlighet med hälso- och sjukvårdslagen.

Litteratur

Litteraturen omfattar cirka 4 000 sidor. Det mesta av litteraturen är på svenska eftersom det nu finns ett stort antal svenska böcker av god kvalitet. Litteraturen läses innan den föreläsningssdag som behandlar samma ämne, alltså i förväg. Kursledningen ombesörjer inte gemensamt inköp av litteratur. En del av kurslitteraturen distribueras genom kursens hemsida eller erhålls kostnadsfritt som kompendium av kursledningen.

2024-06-27

Examination

Alla teoridelar examineras. Examination sker i form av muntliga och skriftliga kunskapsprov och praktiska färdighetsprov.

För att få godkänt på teoridelen krävs i princip full närvaro. Givetvis är det oundvikligt med viss frånvaro. Vid dessa tillfällen kompenseras frånvaron med en hemuppgift. Kompletteringar av uteblivet teoriområde beslutas av kursledningen.

Ekvivalering av något avsnitt sker endast i undantagsfall efter beslut av kursledningen. Ingen avgiftsminskning medges vid dessa tillfällen.

Kursledare

Ansvarig för kursen är Thomas Jernhag Leg psykolog, Leg psykoterapeut, handledare.

Examinator

Lars-Göran Öst, professor emeritus, Leg psykolog, Leg psykoterapeut, handledare.

Kursintyg

Efter avslutad kurs utfärdas ett intyg om att deltagaren uppfyller kriterierna för den grundläggande psykoterapiutbildningen. Intyget utfärdas av kursledaren och examinatorn tillsammans.

Den som avbryter kursen eller av annat skäl vill ha intyg på genomförda delar får detta av kursledningen.

Kursledning och ytterligare information

Kursen arrangeras av Nova, kontaktperson är Henrik Jardbring, henrik.jardbring@oskarshamn.se 010-35 60 175.

För ytterligare information om KBT, besök www.kbt.nu

Kostnad och utbildningsort

Kursavgiften är 28 500 kronor per termin, exklusive moms. Avgiften är lika alla terminer trots att kursens omfattning varierar. I avgiften ingår teori och handledning. Egenterapi och litteratur ingår inte i avgiften. Vid avbokning efter den 18 december eller om man avbryter sina studier under första terminen, debiteras en terminsavgift (28 500 kr exklusive moms). Vid avhopp från och med termin 2 och framåt debiteras hela kurskostnaden (114 000 kr exklusive moms). Fakturering sker terminsvis och termin 1 kommer att faktureras i februari 2025. Om den studerande inte blir godkänd efter den ordinarie kurs tiden, kan ytterligare kostnader för detta tillkomma (t ex om man behöver mer handledning).

Utbildningsort är Oskarshamn och där kommer de allra flesta föreläsningar vara förlagda.Handledning kommer att ske i Oskarshamn, men även andra orter kan bli aktuella. Om avstånden är stora, kan det eventuellt vara möjligt att få en del av handledningen digitalt.

Ansökan

Ansökan görs senast den 31 oktober 2024 via ett formulär på Novas hemsida:

www.oskarshamn.se/nova

Klicka på "Utbildning" och sedan "Uppdragsutbildning på Nova" i vänstermarginalen. Under "Kognitiv beteendeterapi, KBT" hittar du information om utbildningens upplägg, innehåll samt hur du ansöker till utbildningen.

Du behöver komplettera din ansökan med ett avtal för fakturering och intyg från arbetsgivaren för handhavande av minst tre patientärenden. Detta dokument skannas och skickas till nova@oskarshamn.se. Du hittar dokumentet under fliken "Ansökan".

Antagning

Du kommer att få antagningsbesked senast den 30 november 2024.