

Inbjudan till Grundläggande psykoterapiutbildning (steg 1) med kognitiv beteendeterapeutisk (KBT) inriktning vid Nova i Oskarshamn, i samarbete med Beteendeterapeutiska föreningen

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 vår uppdragsgivare som styr mål och medel efter att blivit noga informerad. Behandlingen är helt öppen och innehåller inga hemliga tolkningar eller manipulativa och dolda delar.

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

Kvalité

Vi garanterar kvalitén på utbildningen på flera sätt:

- Utbildningen följer BTF:s (Beteendeterapeutiska föreningen) kursplan. Denna har sedan länge ett gott rykte och har hittills alltid godtagits vid ansökan till legitimationsgrundande psykoterapeututbildning.
- Kursen har professor Lars-Göran Öst som examinator. Han har en mycket lång erfarenhet av psykoterapeututbildningar 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 för 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.

Denna kurs har i stort sett samma upplägg som flera föregående. Vi har bara anpassat programmet för att kunna täcka lite av den snabba utvecklingen inom området. Kunskapsökningen inom KBT-psykoterapi är mycket snabb. Samtliga lärare är väl uppdaterade. Litteraturen ändras fortlöpande för att få med det senaste, vilket är anledning till att vi inte vid kursens början kan ge dig en fullständig litteraturlista.

Kursledare: Thomas Jernhag (psykolog, psykoterapeut och handledare i psykoterapi) har huvudansvaret för programupplägg och kontroll av kursen. Kursledningen utövas tillsammans med Nova och ledningsgruppen i Oskarshamn. **Examinator är professor Lars-Göran Öst.**

Behörighetskrav

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

Grundläggande behörighet (följer Högskoleverkets riktlinjer, läs mer på www.antagning.se)

- Genomgått fullständig, minst tvåårig utbildning i gymnasieskolan (eller likvärdig utbildning) och har kunskaper i svenska och engelska som motsvarar slutförd lärokurs om minst två årskurser på någon linje i gymnasieskolan.

Särskild behörighet

- Har anställning i människovårdande arbete. Exempel på yrkesgrupper som kan komma ifråga är arbetsterapeuter, läkare, psykologer, sjukgymnaster, sjuksköterskor, skötare och socionomer.
- Den sökande måste under utbildningstiden ha arbetsuppgifter med inslag av psykoterapi som kan utgöra ett underlag för meningsfull handledning.

Behörighet att söka påbyggnadsutbildning

Genomgången grundläggande psykoterapiutbildning ("steg 1") ger en del av den behörighet som behövs för att söka den legitimationsgrundande psykoterapeututbildningen ("steg 2"). Det som krävs utöver den grundläggande psykoterapiutbildningen 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 inom psykiatrisk vård eller motsvarande efter den grundläggande psykoterapiutbildningen (undantag från detta krav görs för läkare med specialistkompetens i psykiatri eller barn- och ungdomspsykiatri). Observera att detta tvåårsintervall räknas från det att hela den grundläggande utbildningen, inklusive egenterapi, är godkänd.

Högskoleverket har i flera år utrett möjligheten att formalisera steg 1-utbildningarna men har ännu inte tagit något beslut (för mer information se www.hsv.se). Dessutom kan den enskilde utbildningsarrangören sätta egna intagningskrav. Därför kan vi inte garantera att utbildningen ger behörighet till en specifik legitimationsgrundande psykoterapiutbildning utan detta måste undersökas hos respektive utbildningsanordnare.

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 beteendeinriktade terapier eller Beteendeterapeutiska föreningen.
- Vi tar stor hänsyn till personlig lämplighet.

Antalet platser uppgår till cirka 24.

Utbildningsplan

Utbildningen pågår under fyra terminer med **och startar så snart tillräckligt antal behöriga sökande finns** och motsvarar i omfattning 45 högskolepoäng. Alla sökande måste vara medvetna om att detta innebär en betydande arbetsinsats.

Det teoretiska momentet omfattar 240 timmar. Det innebär trettio heldagars undervisning, ca tio per termin 1 till 3. Undervisningen kommer i huvudsak ske onsdagar jämna veckor i Oskarshamn. Vissa föreläsningss dagar kommer att hänga samman, eftersom lärarna åker långt. Vid dessa tillfällen kommer undervisningen ändå att ske jämna veckor, onsdag och antingen tisdag eller torsdag. Detaljerat schema för första tio undervisningstillfällena lämnas i juni, efter antagning till kursen.

Handledningen ges i grupper om fyra deltagare under termin 2-4. Detta moment är kursens dyraste och kräver mest kraft av deltagarna, men är helt avgörande för att ge en god psykoterapeutisk kompetens. Det har visat sig att utbildningen ger bättre effekt om handledningen dröjer till 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 för att fördjupa sig i klientens behandling.

OBS! Egenterapi omfattas inte av kursplanen eller kursavgiften eftersom det ännu är oklart om, och hur mycket, egenterapi som krävs vid ansökan till legitimeringsgrundande psykoterapeututbildning. Kursledningen rekommenderar starkt att deltagarna går i egenterapi och hjälper dem som så önskar att hitta terapeuter.

De olika delkurserna

Den uppställning som presenteras nedan är preliminär och kan ändras. Tyngdpunkten ligger på psykoterapeutiska metoder för olika problemområden. Dessa timmar kommer att innehålla en hel del övningsmoment. Avsnitt kring diagnostik och mätmetoder ingår i momentet psykoterapeutiska metoder. Det ger bättre helhet och förståelse än att låta dessa delar ha egna kursmoment. Vi har även funnit att de flesta etiska frågor bäst diskuteras i samband med respektive problemområde och behandlingsmetod varför vi endast har en kortare introduktion till etiska frågor. Psykofarmakologi har inget eget avsnitt utan farmakologiska frågor och mediciners påverkan på den psykoterapeutiska processen kommer att behandlas fortlöpande.

Kursmoment	Antal timmar
Introduktion av KBT samt kursöversikt	8
Etik och samtalsmetodik	8
Grundläggande teori (inlärnings- och kognitiv teori)	16
Problemanalys (Beteendeanalys samt Case-formulation)	24
Grundläggande behandlingsmetodik	24
Psykoterapeutiska metoder indelade efter tillämpningsområden	144
Forsknings- och vetenskapsteori	8
Avslutning och kursutvärdering	8
Handledning	120

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 konceptualisering)

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, tillämpad avslappning 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, förlopp, 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. De problemområden som ingår är: Ångeststörningar (specifika fobier, paniksyndrom med och utan agorafobi, social fobi, tvångssyndrom, generaliserat ångestsyndrom, posttraumatiskt stressyndrom), stresshantering, sömnstörningar, ätstörningar, depression, personlighetsstörningar, smärta, missbruk, och psykoser (främst schizofreni).

Forsknings- och vetenskapsteori

Undervisning ges om metoder för psykoterapiforskning i allmänhet samt KBT-inriktad forskning i synnerhet. 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 är kursens viktigaste moment. Den inriktas på relevanta problem inom psykiatri. Vi tar alltså upp "vanliga" klienter. För minst tre klienter ska behandlingsrapport skrivas för att avsnittet ska bli godkänt. Dessa rapporter omfattar problemanalys, bedömning, beskrivning av behandlingen och dess resultat samt diskussion. Handledningsrapporterna ska vara klara senast sex månader efter behandlingens avslutning eller senast sex månader efter avslutad handledning för klienter som har fortsatt behandling. Handledaren avgör om någon deltagare inte anses uppfylla kursens krav på terapeutisk kompetens och personlig lämplighet. 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 videoinspelning. Handledarna ska ha möjlighet att

lyssna eller titta på banden innan handledningsträffen. Tillsammans med hela handledningsgruppen löser vi problem och gör ibland även rollspel kring terapins genomförande.

Handledningen sker i grupper av fyra under termin två till och med termin fyra. 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.

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 föreläsningdag som behandlar samma ämne, alltså i förväg.

Kursledningen ombesörjer inte gemensamt inköp av litteratur. En del av kurslitteraturen distribueras genom kursens hemsida eller erhålls gratis i kopia av kursledningen.

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.

Referensgrupp

En mindre referensgrupp ska fortlöpande granska utbildningen och komma med förslag till förbättringar. Gruppen består av representanter från utbildningsledningen och en eller två från kursdeltagarna. Förändringsförslag, kritik och kommentarer kan givetvis lämnas till kursledning, lärare och handledare när som helst av varje kursdeltagare.

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 i samarbete med Beteendeterapeutiska Föreningen. Lokal administrativ kontaktperson är Eva Nordlander, Nova, 0491-882 77, eva.nordlander@oskarshamn.se.

För mer information om utbildningens innehåll och upplägg kontakta kursledare Thomas Jernhag (070-586 19 98), thomas.jernhag@gmail.com.

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

Kostnad och kursort

Kursavgiften är 28 000 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. Vid avbokning efter den 31 juli eller om man avbryter sina studier under första terminen, debiteras en terminsavgift (28 000 kr). Vid avhopp från och med termin 2 och framåt debiteras hela kurskostnaden (112 000 kr). Fakturering sker terminsvis och termin 1 kommer att faktureras i augusti 2013.

Kursort är Oskarshamn och där kommer de allra flesta föreläsningar vara förlagda. Handledning kommer i första hand att ske i Oskarshamn och Växjö. Eventuellt kan handledning även ske i Värnamo. Om avstånden är stora kan det eventuellt vara möjligt att få en del av handledningen via videolänk.

Anmälan

Anmälan görs på bifogad blankett och kursstart blir så snart tillräckligt antal behöriga sökande finns..

Anmälan till Grundläggande psykoterapiutbildning med kognitiv beteendeterapeutisk inriktning

Anmälan skickas till
Nova
Eva Nordlander
Box 706
572 28 Oskarshamn

Skicka din anmälan snarast möjligt då kursstart blir så snart tillräckligt antal behöriga sökande finns*

* Minsta antal deltagare för att kursen ska starta är 18

V.g. texta

Namn:	
Personnummer:	Titel/Yrke:
Adress bostad:	
Postnummer och ort:	
E-postadress:	
Tfn bostad:	Tfn mobil:
Arbetsplats:	
Adress arbete:	
Postnummer och ort:	
Tfn arbete:	
Faktureringsadress:	

Utbildningskostnaden är 28 000 kronor plus moms per termin. Avbryter du studierna under första terminen debiteras endast för den terminen. Vid senare avhopp debiteras hela utbildningskostnaden (112 000 kr).

(Anmälan fortsätter på nästa sida)

Utbildning: (Gymnasie, högskola eller annat)	Bilaga nr:
Relevanta genomgångna kurser: (Intyg, diplom och liknande bifogas)	Bilaga/or nr:
Yrkserfarenheter: (Arbetsgivarintyg, referenser eller annat)	Bilaga/or nr:
Aktuell sysselsättnings innehåll: (Styrkt genom intyg från arbetsgivare eller liknande)	Bilaga nr:
Intyg från arbetsgivare, eller motsvarande, gällande patientunderlaget (3 st) till handledningsmomenten (använd blankett på sid 11)	Bilaga nr:
Övrigt som du önskar åberopa:	Bilaga nr:

Underskrifter
Sökande

Arbetsgivare/Betalningsansvarig

Namnförtydligande och tfn nummer:

Tack för din anmälan!

Kursstart blir när tillräckligt antal behöriga sökande uppnåtts och antagningsbesked ges ca 2 månader före start.

Vänliga hälsningar
Utbildningsledningen

nova

UTBILDNING, FoU &
AFFÄRSUTVECKLING



Intyg från arbetsgivare

- **för handhavande av minst tre patientärenden för utbildningsterapi**

Härmed intygas att _____ har undertecknats tillstånd att för utbildningsterapin handha patientärenden, och att hon/han successivt under utbildningen har tillgång till tre lämpliga patienter för korttidsterapi med en problematik lämplig för utbildningshandledning (t ex olika ångestsyndrom och depression).

Om den sökande under utbildningen får svårigheter eller inte förmår att under ordinarie handledningstillfällen (max 120 timmar) handha tre patientärenden enligt ovan, och om förseningen som uppstått huvudsakligen kan anses bero på arbetsgivarens (eller motsvarande) försumlighet, påtar sig arbetsgivaren ansvaret för de extra kostnader som uppstår för att den sökandes utbildning ska kunna slutföras.

.....
Ort och datum

.....
Namnunderskrift verksamhetschef (eller motsvarande)

.....
Namnförtydligande