

# KBTPsykologerna

---

## Grundläggande psykoterapiutbildning i KBT (tidigare "steg 1")

### Grundläggande psykoterapiutbildning

KBTPsykologerna erbjuder en tvåårig grundläggande psykoterapiutbildning i kognitiv beteendeterapi (KBT). Utbildningen ger grundläggande teoretiska och praktiska färdigheter i KBT och riktar sig till dig som vill lära dig mer om hur du kan använda KBT inom ramen för ditt yrke. Efter utbildningen förväntas du ha de kunskaper som krävs för att under handledning arbeta med KBT och du får även behörighet att söka vidare till psykoterapeutprogrammet, förutsatt att övriga av utbildningsanordnarens ställda antagningskrav är uppfyllda.

### Nästa omgång

En ny omgång av utbildningen är planerad att starta höstterminen 2024 i Uppsala. Läs mer nedan och gör en anmälan genom att fylla i ansökningsblanketten som finns att ladda ner på vår hemsida [www.kbtpsykologerna.com](http://www.kbtpsykologerna.com).

### Upplägg

Utbildningen följer Beteendeterapeutiska föreningens kursplan när det gäller krav på beteendeterapeutisk analys och behandling. Vår kursplan innehåller även moment med kognitiv analys och behandling, för att ge en så bred kunskap om KBT som möjligt samt öka meritvärdet för de studenter som sedan vill söka sig vidare till en psykoterapeututbildning.

## **Omfattning**

Utbildningen sträcker sig över två år och tidsinsatsen per termin är ca 40% av heltid. Totalt omfattar utbildningen motsvarande 45 högskolepoäng (hp), KBTPsykologerna utfärdar dock inga högskolepoäng så siffran fungerar enbart som jämförelse.

Undervisningen ges under ca 10 dagar per termin, därutöver tillkommer handledning på patientarbete under termin 2-4. Förutom den schemalagda undervisningen förutsätts att studenten har tid avsatt för inläsning och förberedelser inför undervisning och handledning.

## **Undervisning**

Undervisningen sker i form av föreläsningar, workshops och seminarier och kombinerar teoretiska moment med praktisk träning i centrala psykoterapeutiska metoder. Stor vikt läggs på kopplingen till evidens och vetenskap och föreläsarna är erfarna kliniker och/eller forskare med hög kompetens inom sina respektive områden.

Undervisningen sker till största del på plats, vid enstaka tillfällen kan något moment hållas på distans.

## **Behörighet**

Behörighet att söka utbildningen har den som uppfyller följande två kriterier:

1. Utbildning på högskolenivå till ett människovårdande yrke. I detta innefattas primärt arbetsterapeuter, fysioterapeuter, logopedier, läkare, psykologer, sjuksköterskor, tandläkare och socionomer. Därutöver kan personer i människovårdande yrken där utbildningen har direkt relevans för personens arbetsuppgifter bedömas som behöriga. Det kan exempelvis gälla beteendevetare, vårdpersonal och behandlingsassistenter i poliklinisk verksamhet.

2. Anställnings- eller arbetsförhållanden under utbildningstiden där psykoterapeutiska arbetsuppgifter som kan utgöra underlag för meningsfull handledning ingår.

## **Ingående kurser**

Utbildningen omfattar följande kurser, fördelade över fyra terminer:

1. Analys och bedömning inom KBT (12 hp)
2. Psykoterapeutiska teorier och metoder inom KBT (18 hp)
3. Forsknings- och utvärderingsmetoder i psykoterapi (3 hp)
4. Psykoterapi under handledning, 120 timmar i grupp (9 hp)
5. Självkännedom och professionell utveckling (3 hp)

Se vår [kursplan](#) för mer information om lärandemål på respektive kurs.

## **Examinationer**

Examinationsformerna varierar mellan olika kurser. Varje termin brukar avslutas med en skriftlig tentamen samt ett muntligt seminarium. Andra examinationsformer som förekommer är skriftliga inlämningsuppgifter och muntliga presentationer. Som betyg används något av uttrycken godkänd (G) eller underkänd (U). Handledningen examineras av handledaren.

## **Kurslitteratur**

Kurslitteraturen presenteras i början av varje termin, den kan vara både på svenska och engelska. Litteraturen ingår inte i priset och införskaffas av deltagarna själva.

## **Lärare**

Våra lärare har alla gedigen erfarenhet av KBT och de flesta har en fot i både klinisk och vetenskaplig verksamhet. Majoriteten har undervisat hos oss i många år. Vi bjuder även regelbundet in internationella föreläsare för att hålla workshops om sina specialområden.

## Utbildningsbevis

Till utbildningsbevis som avser samtliga utbildningsmoment gäller examensbenämningen ”Grundläggande psykoterapiutbildning med speciell inriktning mot kognitiv beteendeterapi”. På utbildningsbeviset finns följande översättning till engelska språket: ”Undergraduate Diploma in Cognitive Behavioural Psychotherapy”.

## Innehåll

### *Bakgrund, teori, analysmodeller*

I början av utbildningen introduceras deltagarna till KBT och får bekanta sig med teorier och begrepp samt de viktigaste analysmodellerna inom KBT. Både beteendeanalys med funktionella analyser och fallkonceptualisering enligt kognitiv teori behandlas.

### *Syndromspecifika tillämpningar*

Tillämpningen av KBT vid olika ångest- och förstämningssyndrom presenteras löpande under utbildningen. Fokus ligger på analys, behandlingsupplägg, forskningsstöd och exempel på interventioner. Även transdiagnostisk behandling tas upp under utbildningen.

### *Terapeutiskt förhållningssätt*

Terapeutiskt förhållningssätt är viktigt inom KBT och berörs regelbundet under föreläsningarna. Dessutom är det något som studenterna får möjlighet att utveckla genom klientarbetet och handledningen.

### *Professionell utveckling*

Det tidigare egenterapimomentet har, i enlighet med andra psykoterapiutbildningar, ersatts med återkommande föreläsningar och övningar i professionell utveckling.

### *Vetenskap och forskning*

Eftersom forskningsstöd är viktigt inom KBT finns ett vetenskapligt perspektiv med under hela utbildningen. Mot slutet får studenterna lära sig mer om vetenskaplig metod och träna på att göra kliniska utvärderingar.

### *Etik och juridik*

Frågor kring etik och juridik kan komma upp under hela utbildningen men framför allt sista terminen då studenterna får sätta sig in i dessa områden med hjälp av seminarier och inlämningsuppgifter.

### *Anpassningar av KBT*

Anpassningar av KBT till olika grupper tas upp, till exempel barn och ungdomar, patienter med neuropsykiatrisk problematik och suicidnära patienter.

### *Psykofarmakologi*

Utbildningen innehåller grundläggande kunskap om vanliga psykofarmaka, hur de verkar och fungerar i kombination med KBT.

### *Handledning*

Utbildningshandledningen sker i grupper om ca fyra studenter under termin 2-4. Handledarna rekryteras av KBTPsykologerna och är alla erfarna legitimerade psykoterapeuter med handledarutbildning. Studenterna ansvarar själva för att ordna med klienter och lokaler till klientarbetet. Handledningen baseras på filminspelningar från klientarbetet samt skriftliga rapporter efter varje session. Studenten ska genomföra tre behandlingar med olika problembild och i slutet av varje behandling skriver studenten en behandlingsrapport.

## **Kostnad**

Kostnaden för utbildningen är 34.000:- per termin exkl. moms vilket totalt ger 136.000:- exkl. moms). Avgiften betalas terminsvis i förskott mot faktura. Kurslitteratur ingår inte.

## **Anmälan**

Anmälan görs via ett särskilt anmälningssformulär som går att hämta på vår hemsida (länk). Anmälan ska ha inkommit senast 31/5 2024. Antagningsprocessen sker i början av juni och meddelas så snart som möjligt.

## **Kursledning**

Sven Alfonsson, leg psykolog, leg psykoterapeut, docent  
Katarina Molin, leg psykolog, leg psykoterapeut, specialist i  
psykologisk behandling/psykoterapi  
Klara Lindström, leg psykolog  
Agnes Zetterberg, leg psykolog

## **Examinator**

Gerhard Andersson, leg psykolog, specialist i klinisk psykologi, leg  
psykoterapeut, fil dr, med dr, professor i psykologi

## **Lokal**

KBTPsykologerna, St Eriks gränd 6 i centrala Uppsala.

## **Kontakt**

Varmt välkommen att kontakta oss med frågor eller funderingar:

Agnes Zetterberg  
[agnes.zetterberg@kbtpsykologerna.com](mailto:agnes.zetterberg@kbtpsykologerna.com)  
070-336 68 69

Klara Lindström  
[klara.lindstrom@kbtpsykologerna.com](mailto:klara.lindstrom@kbtpsykologerna.com)  
070-496 17 79

## Villkor

KBTPsykologerna förbehåller sig rätten att ställa in utbildningen i händelse av för få deltagare eller större oförutsedda händelser som omöjliggör att utbildningen kan genomföras enligt plan. Villkoren specificeras i ett avtal som deltagaren skriver på efter antagning. Anmälan är inte bindande förrän avtalet är påskrivet.

Genom anmälan accepterar jag att mina svar och kontaktuppgifter samlas in och sparas i enlighet med EU-direktivet för datainsamling (GDPR). KBTPsykologerna ansvarar för samtliga uppgifter som behandlas i samband med kontakterna mellan dig och oss. KBTPsykologerna har ett dataskyddsombud som agerar kontaktperson för de registrerade, personal och samarbetet med Datainspektionen. För ytterligare information vänligen kontakta Linda Jüris på [linda.juris@kbtpsykologerna.com](mailto:linda.juris@kbtpsykologerna.com).