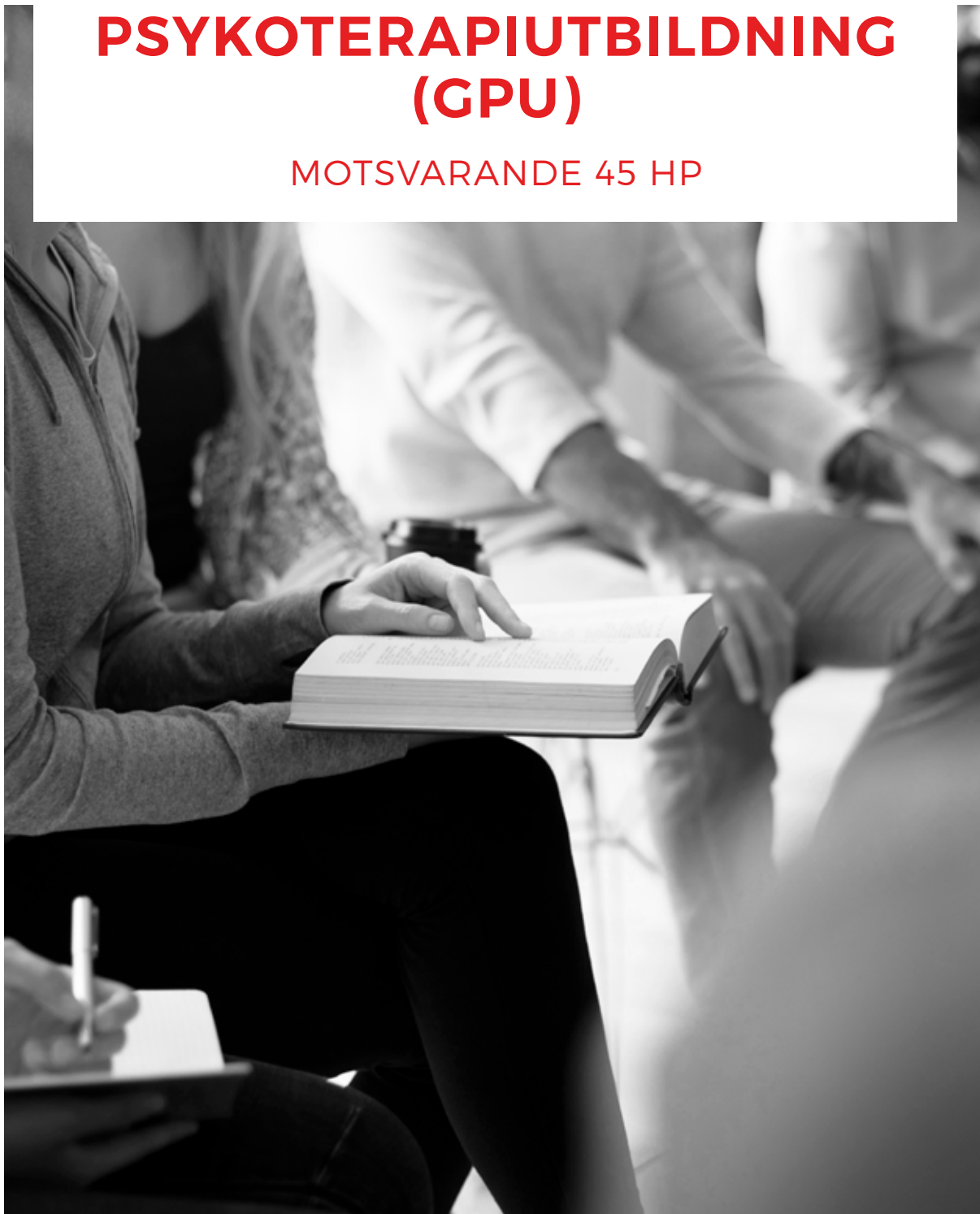


---

# GRUNDLÄGGANDE PSYKOTERAPIUTBILDNING (GPU)

MOTSVARANDE 45 HP



**sapu**

Skandinaviens Akademi för Psykoterapiutveckling

# GRUNDLÄGGANDE PSYKOTERAPIUTBILDNING

MOTSVARANDE 45 HP

*Den här utbildningen vänder sig till dig som har högskoleutbildning i människovårdande yrke och har ett arbete som innehåller terapeutiska samtal.*

Den övergripande målsättningen med denna utbildning är att studenten efter avslutad utbildning skall kunna bedriva psykoterapi under handledning av en legitimerad psykoterapeut.

I utbildningen lärs två psykoterapimetoder ut. Dessa är affektfokuserad psykodynamisk psykoterapi och kognitiv- och beteendearbetad psykoterapi. Utbildningen har även fokus på gemensamma faktorer i psykoterapi.

Denna utbildning ger behörighet att ansöka till Psykoterapeutprogrammet.

100% av våra studenter har gett betyget Nöjd eller Mycket Nöjd i utvärderingar efter avslutade utbildningar.

---

## Lokal

Utbildningen sker i SAPU:s lokaler i Stockholm. Internatet kommer att vara på en kursgård med pendlingsavstånd från Stockholm.

---

## Intervju

De studenter som kan bli aktuella för en antagning kallas till en intervju före beslut om antagning.

---

## Behörighet

Utbildning i. och praktisk erfarenhet av, människovårdande yrke/ social behandlingsverksamhet alternativt 180 högskolepoäng med beteendevetenskaplig inriktning.

---

## Ansökan och antagning

Ansökan sker via [sapu.se](http://sapu.se). Om behörighetskraven är uppfyllda kallas den sökande till intervju. Antagning sker kontinuerligt under ansökningstiden

---

## Kriterier för att bli godkänd

För att bli godkänd på denna utbildning skall studenten ha uppfyllt kurskraven som beskrivs i kursplanen. Vid samtliga kurser krävs en obligatorisk närvaro vilket innebär en närvaro om minst 80%.

---

## Kontaktpersoner SAPU

My Frankl, studierektor  
tel. 070-715 77 26,  
[my.frankl@sapu.se](mailto:my.frankl@sapu.se)

Annelie Karlsson, administratör,  
tel. 08-642 10 24, [info@sapu.se](mailto:info@sapu.se)

## KURSPLAN

### ÖVERGRIPANDE MÅL

- Bedriva evidensbaserad psykoterapi under handledning av legitimerad psykoterapeut i inriktningarna Affektfokuserad psykodynamisk terapi (AFT) och Kognitiv beteendeterapi (KBT).
- Medverka i bedömning av diagnos och behandlingsplanering i behandlingsarbete på enhet som bedriver psykoterapeutisk verksamhet.

Utbildningen har fokus på individuell terapi för vuxna, men presenterar övergripande även ett bredare perspektiv av behandlingsformer. En viktig del av behandlingen är att träna terapeutiska färdigheter som i forskning visar har betydelse för terapiutfall.

### INNEHÅLL

#### Psykoterapeutisk metod (motsvarande 18 hp)

##### Allmänt

Syftet med delkursen är att ge studenten en förståelse för psykoterapeutisk metod med inriktningen AFT och KBT, och deras betydelse för att lindra psykisk ohälsa och livskriser. Individuell terapi är huvudinriktningen. Förutom dessa inriktningar behandlas även integrativa teorier i psykoterapeutisk behandling med betoning på gemensamma faktorer i psykoterapeutiskt arbete. Undervisningen ges i analysmetoder för fallformulering, förståelse av problemområdet, och planering av behandling. Dessa tränas och diskuteras teoretiskt. Kliniska patientfall analyseras. Samtalsmetod tränas. Teoretiska och praktiska moment varvas. Delkursen löper som en röd tråd genom hela utbildningen.

##### Innehåll

Grundläggande teorier och praktisk tillämpning av:

- Affektfokuserad psykodynamisk terapi
- Kognitiv beteendeterapeutisk psykoterapi.
- Terapirelationen/alliansen/ mellan patient och terapeut och ett professionellt förhållningssätt.
- Gemensamma faktorer/kompetenser i psykoterapi
- Att genomföra en psykoterapeutisk behandling.
- Psykoterapeutisk metod vid diagnoser som kristillstånd, depression, ångest, beroende, trauma samt olika personlighetsstörningar.

---

## Lärandemål

Efter genomgången utbildning skall studenten kunna:

### Kunskap och förståelse

- Visa grundläggande kunskap om affektfokuserad psykodynamisk och kognitiva beteendeterapeutiska teorier, och deras vetenskapliga och historiska bakgrund.
- Ha kunskap och förståelse för dessa två metoder och kunna jämföra dessa avseende likheter och skillnader.
- Ha kunskap och förståelse om de integrativa teorierna och gemensamma faktorer och kunna beskriva modeller för integration.
- Beskriva betydelse av en god terapirelation/allians mellan patient och terapeut, och ett professionellt förhållningssätt i psykoterapi.
- Redogöra för grunderna i hur man genomför en psykoterapeutisk behandling vid kristillstånd, depression, ångest, beroende, trauma relaterade diagnoser samt vid olika personlighetsstörningar.

### Färdigheter och förmåga

- Göra en fokusformulering med kärnkonfliktmönster baserad på strukturerade bedömningsamtal
- Göra en beteendeanalys som baseras på funktionella analyser av personens beteende.
- Visa generella behandlarfärdigheter i patientarbete vad gäller att strukturera en session Systematiskt använda samtalsteknik i övningar och rollspel.
- Visa förmåga att kunna etablera och bibehålla allians.
- Visa förmåga att kunna inta den andra personens perspektiv i övningar och rollspel.

## Utvecklingspsykologi (motsvarande 7 hp)

---

### Allmänt

Syftet med denna delkurs är att ge studenten förståelse för människans utveckling ur ett psyko-biologiskt perspektiv, dvs. hur sociala och relationella aspekter samverkar med våra biologiska förutsättningar.

---

### Innehåll

Grundläggande teorier kring:

- Emotioner, motivation, anknytning och mentalisering.
- Inläring, minne och kognitiv mognad.
- Hur omvårdnad och brister i denna påverkar vår psykologiska utveckling.

---

**Lärandemål**

Efter avslutad kurs skall studenten kunna redogöra för:

Kunskap och förståelse

- Samspelsprocesser som är basala för självutvecklingen ur ett psyko-biologiskt perspektiv.
- Utvecklingspsykologiska teorier och dess betydelse i det psykoterapeutiska arbetet.
- Teorier kring människans grundläggande emotioner.

**Diagnostik och Patologi (motsvarande 7 hp)**

---

**Allmänt**

Denna delkurs ger grundläggande kunskaper om olika psykiatriska tillstånd med utgångspunkt i psykiatrisk diagnostik, enligt diagnossystemet Diagnostic and Statistical Manual-5 (DSM-5) såväl som i ett inlärningsteoretiskt/psyko-biologiskt perspektiv. Stor vikt läggs på psykoterapibedömning kopplat till differentialdiagnostik och samsjuklighet i syfte att på bästa sätt kunna anpassa behandlingen till patientens behov och mål.

---

**Innehåll**

Grundläggande teorier kring:

- Diagnostik (psykiatri och neuropsykiatri)
- Psykoterapeutisk diagnostisering
- Differentialdiagnostik och samsjuklighet
- Suicidbedömning och psykofarmaka

---

**Lärandemål**

Efter genomgången utbildning ska studenten på en grundläggande nivå kunna:

Kunskap och förståelse

- Beskriva och ha grundläggande kunskap om psykiatriska och neuropsykiatriska tillstånd, framförallt förstärknings-, och ångestdiagnoser, PTSD, personlighetssyndrom och substansbrukssyndrom.
- Visa en förmåga att bedöma patientens psykiska funktion relevant för det psykoterapeutiska arbetet.
- Med stöd i litteraturen kunna föra ett kritiskt resonemang om användningen av diagnoser och diagnostisering.
- Med stöd av litteraturen redogöra för psykiska problem och ohälsa ur ett psykodynamiskt respektive inlärningsteoretiskt och psyko-biologiskt perspektiv.

Färdighet och förmåga

- Genomföra en diagnostisk intervju.
- Genomföra en suicidriskbedömning.
- Göra en helhetsbedömning av symtom, orsaker, utveckling, vidmakthållande och konsekvenser.

## **Forskningsmetodik och Vetenskapsteori (motsvarande 5 hp)**

### **Allmänt**

Syftet med denna delkurs är att ge studenten grundläggande kunskaper om psykoterapiforskning utifrån forskningsmetodik- och vetenskapsteori samt att ge kunskap om innebörden av ett arbetssätt baserat på evidensbaserad praktik.

### **Innehåll**

- Vetenskapsteori
- Forskningsmetodik i psykoterapeutiskt arbete.
- Aktuell psykoterapiforskning och evidens.

### **Lärandemål**

Efter avslutad delkurs skall studenten på en grundläggande nivå kunna:

Kunskap och förståelse

- Ha kunskap om kvalitativ och kvantitativ forskningsmetodik.
- Kunna förstå vetenskaplig forskning i psykoterapi.
- Utifrån litteraturen beskriva aktuell psykoterapiforskning och evidensbegreppet.

Färdigheter och förmåga

- Redogöra för hur man på en vetenskaplig grund kan utvärdera psykoterapeutiskt behandlingsarbete.
- Diskutera metoder för evaluering, kritiskt granska och värdera vetenskapliga arbeten inom psykoterapiområdet.
- Identifiera och resonera kring etiska frågeställningar inom psykoterapiforskning.

## Etik och juridik (motsvarande 2 hp)

### Allmänt

Syftet med denna delkurs är att ge studenten kunskap om vilka etiska och juridiska normer och regler som kan vara aktuella vid psykoterapeutiskt arbete.

### Innehåll

- Etiska riktlinjer i det psykoterapeutiska arbetet.
- Juridiska riktlinjer som påverkar det egna psykoterapeutiska arbetet.
- Etiska dilemman i det psykoterapeutiska arbetet.

### Lärandemål

Efter avslutad delkurs skall studenten på en grundläggande nivå kunna:

Kunskap och förståelse

- Beskriva etiska riktlinjer i det psykoterapeutiska arbetet.
- Redogöra för juridiska riktlinjer och lagar som gäller för det egna psykoterapeutiska arbetet.

Färdigheter och förmåga

- Identifiera etiska dilemman i det psykoterapeutiska arbetet.

## Psykoterapeutiskt arbete under handledning (motsvarande 6 hp)

### Allmänt

Denna delkurs har som syfte att ge studenten färdighet att genomföra psykoterapeutisk behandling under handledning. Kursen genomförs under termin två, tre och fyra.

### Innehåll

- Handledning sker i grupp om fyra studenter. Studenten ska genomföra två terapier, en i affektfokuserad psykodynamisk terapi och en i kognitiv beteendeterapi.
- Utvärdering och reflektion av det egna arbetet med handledare och övriga gruppdeltagare.
- Inför varje handledningstillfälle lämna sessionsrapport, och inspelning av terapisessionen till handledare i enlighet med anvisningar.
- Föra journal i överensstämmelse med patientjournalagen och i enlighet med anvisningar från handledare och verksamhetschef.
- Skriftlig fallformulering med fokusformulering baserad på kärnkonfliktmönster respektive beteendeanalys, och sammanfatta varje genomförd psykoterapi i en psykoterapisammanfattning utifrån angivna mallar.

---

**Lärandemål**

Efter avslutad delkurs skall studenten på en grundläggande nivå kunna:

Kunskap och förståelse

- Ha kunskap om hur kognitiv beteendeterapi anpassas till den individuella patienten.
- Integrera inlärningsteoretiska resonemang med egen utförd psykoterapi.
- Redovisa förmåga till reflektion över egna reaktioner på patienten.

Färdigheter och förmågor

- Skapa och vidmakthålla samarbete/allians, och ett professionellt förhållningssätt med patienten.
- Visa hur man i praktiken genomför en psykoterapeutisk behandling och dokumentera denna.
- Evaluera behandlingen genom kontinuerlig feedback.
- Visa en förmåga att reflektera och utvärdera det egna arbetet.
- Identifiera behov av vidare egen kompetensutveckling.

**ALLMÄNNA RIKTLINJER KRING GODKÄNNANDE AV UTBILDNINGEN**

Som betyg används godkänd och icke godkänd. För att bli godkänd krävs att kurskraven har uppfyllts på samtliga delkurser och att de olika examinationerna är godkända.

---

**Kurskrav**

Obligatorisk närvaro, vilket innebär en närvaro på samtliga delkurser om minst 80%. Aktivt deltagande på lektioner och i mindre grupper samt godkända examinationer.

**Examinationer**

Examinationer är minst en större examination per delkurs samt mindre reflektionsuppgifter. Examinationsformer är skriftliga hemtentamina, muntliga examinationer i seminarieform samt färdighetsprövande moment. Examinator är disputerad i psykologi/klinisk psykologi. För de större skriftliga hemtentamina får studenten tre veckor för genomförande av uppgiften. Examinator återkopplar resultaten senast fyra veckor efter inlämning.

---

**Gemensam examination i Psykoterapeutisk metod och Forskningsmetodik/Vetenskapsteori.**

I ovanstående två delkurser ingår som examinerande moment att skriva PM kring en tänkt studie, med teoretisk introduktion, syfte och forskningsfråga, metod, hypotes om resultat, och diskussion med anknytning till psykoterapeutisk metod.



---

**Psykoterapi under handledning**

Det handledda patientarbetet bedöms primärt av handledare, som är legitimerad psykoterapeut och handledar- och lärarutbildad i psykoterapi.

---

**Begränsningar av antalet examinationstillfällen vid de teoretiska delkurserna.**

Studerande som underkänts på en examination har rätt till förnyad examination ytterligare tre gånger (totalt fyra examinationstillfällen). Efter fyra underkända examinationer kan den studerande förlora sin utbildningsplats.

---

**Begränsning av antalet examinationer vid delkursen psykoterapeutisk handledning.**

För denna delkurs är antalet examinationstillfällen begränsade till ett, med möjlighet att bevilja ett andra tillfälle om synnerliga skäl föreligger. Om handledaren under pågående handledning bedömer att studenten inte kommer att kunna bli godkänd skall frågan tas upp med kursledningen.

Om studenten bedöms vara underkänd i handledningsmomentet efter avslutad handledning ska handledaren i samråd med kursledningen ge vägledning kring omfattning av och innehåll i nödvändig komplettering för godkänd handledning.

Extra tid för kompletterande handledning debiteras studenten.