PSYKLINISK · GRUNDLÄGGANDE PSYKOTERAPIUTBILDNING STEG-1 KBT

# För dig som är ST-läkare i psykiatri

I ST i psykiatri ingår en grundläggande psykoterapiutbildning, traditionellt kallad ”Steg 1”. Kraven anges i Socialstyrelsens målbeskrivning (HSLF-FS 2021:8 och SOSFS 2015:8) och förtydligas av Svenska Psykiatriska Föreningen (SPF). Här ser du kraven och hur vår utbildning motsvarar dem.

## Krav och hur utbildningen motsvarar dem

| Krav (Socialstyrelsen och SPF) | Så motsvarar Psykliniks Steg-1 KBT kravet |
|---|---|
| Grundläggande psykoterapiutbildning (”Steg 1”) som del av ST | Fullständig Steg-1 i KBT, motsvarande 45 hp, auktoriserad av sfKBT sedan 2021 |
| Teori: de olika psykologiska behandlingsmetodernas grunder (STc9) | 240 timmar lärarledd undervisning i tio moduler: inlärningsteori, kognitiv teori, beteendeanalys, fallformulering samt orientering i andra evidensbaserade metoder |
| Kunna bedöma lämplig psykologisk metod vid olika psykiska sjukdomar (STc9) | Tillämpad KBT vid depression, ångestsyndrom, OCD, GAD, sömn, ätstörningar, beroende, personlighetsproblematik, bipolaritet, adhd, autism och PTSD |
| Kunna handlägga patienter med psykologisk behandling (STc9) | Två terminers handlett behandlingsarbete med inspelade sessioner, sessionsrapporter och behandlingsrapport |
| Handledning av handledarutbildad leg. psykoterapeut (SPF) | 120 timmar handledning i grupp om högst fyra, av leg. psykologer och leg. psykoterapeuter med handledarutbildning |
| Allians, indikationer och kontraindikationer (SPF, STc9) | Samtalsmetodik, allians och rollspel (modul 3 och 7), med bedömning av indikationer i varje tillståndsmodul |
| Kombinationsbehandling med läkemedel (SPF, STc9) | Psykofarmakologi och samverkan med psykoterapi (modul 8) |
| Utvärdering och dokumentation av behandling (SPF, STc9) | Skattningsformulär (PHQ-9, Y-BOCS, LSAS-SR m.fl.), utfallsmätning och kritisk granskning av psykoterapistudier |
| Kommunikation med patienter och närstående (STb1) | Bidrar via samtalsmetodik, MI och klinisk färdighetsträning |
| Komplexa tillstånd, t.ex. neuropsykiatri och ätstörningar (STc8) | Bidrar via modul 6, 8 och 9 |
| Intyg till specialistansökan | Intyg om genomförd kurs för STc9 utfärdas av vår kursledning; underlag för handlett patientarbete lämnas av handledaren |

## Praktiskt för dig som ST-läkare

• Utbildningen läses på distans i 50 eller 75 procents takt (fyra eller tre terminer), med handledning i realtid.
• Behandlingarna genomförs med patienter från din egen klinik, där vårdgivaren ansvarar för journalföring och sekretess.
• Planera utbildningen i ditt individuella utbildningsprogram tillsammans med din handledare och studierektor, som gör den slutliga bedömningen av delmålen.

**Frågor? info@psyklinisk.com · psyklinisk.com**

Referenser: Socialstyrelsen, HSLF-FS 2021:8 och Målbeskrivningar 2021 (Psykiatri, delmål STb1, STc8, STc9); SOSFS 2015:8 (delmål b1, c8, c9). Svenska Psykiatriska Föreningen, Rekommendationer avseende målbeskrivning för ST-utbildning (2022) samt ”ST:s beståndsdelar”, svenskpsykiatri.se. Sveriges läkarförbund, Rekommendationer för BT och allmänna kompetenser i ST (2024). Svenska föreningen för BUP (SFBUP), Rekommendationer för ST enligt HSLF-FS 2021:8 (2024).