

Grundläggande
psykoterapi

**Kognitiv
Beteendeterapi**

psyklinisk

BROSCHYR

Teaching Excellence

PSYKLINISK UTBILDNINGAR

Grundläggande psykoterapiprogrammet
Kognitiv Beteendeterapi

BROSCHYR FÖR PROGRAMMET 2025-2027



PROGRAMÖVERSIKT

Kognitiv beteendeterapi (KBT) är idag en av de snabbast växande terapeutiska metoderna inom vårdsektorn för att behandla psykisk ohälsa. Många som idag redan arbetar terapeutiskt och annan vårdpersonal känner ofta ett behov av att utöka sin kompetens med KBT-utbildning.

Detta program erbjuder en **grundläggande psykoterapeutisk utbildning inriktad på kognitiv beteendeterapi**. Programmet är en komplett utbildning som följer de kriterier och krav som ställs för att utöva KBT och behandla patienter i vårdmiljöer.

Programmet ger **teoretiskt material** som tillämpas i ett kliniskt sammanhang, **träningsspass med handledare** och förbereder studenterna med en omfattande grund av **kunskap, färdigheter** och **terapeutiska** verktyg för att behandla patienter med KBT i olika vårdjobb.

Programmet är uppdelat i **4 terminer (2 år)**, deltid eller i **3 terminer (1,5 år)** på 75% med olika antagningsdatum.

ÖVERGRIPANDE LÄRANDERESULTAT

- Förstå de grundläggande teorierna bakom kognitiv beteendeterapi
- Lära sig att strukturera och leda KBT-baserade sessioner (diagnostik, fallformulering, målsättning, behandlingsplanering...)
- Identifiera psykopatologier, beteendemässiga och kognitiva mönster, tillämpa psykoterapeutiska metoder och behandlingsmodeller vid behov
- Lära sig att ha ett terapeutiskt förhållningssätt och ge kompetent vård till patienter



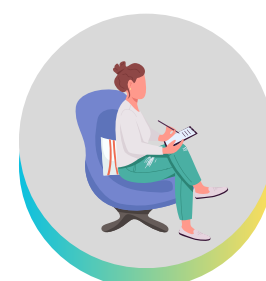
Program helt
online



Slutförs på 1,5 år
eller 2 år



120+ timmar av
utbildningsvideor



120 timmars handledd
utbildning



Skaffa dig en
examen!

NÄSTA PROGRAMINTAG

- Jan 2025 - 50%
- Maj 2025 - 75%
- September 2025 - 50% / 75%
- Januari 2026 - 50% / 75%

PROGRAMMETS STRUKTUR OCH INNEHÅLL - 2 ÅR PÅ 50%.

TERMIN 1: Grundläggande teorier och grunder för KBT

- **Modul 1** - Introduktion till allmän psykologi och huvudriktningar
- **Modul 2** - Översikt över kognitiva och beteende-/inlärningsteorier
- **Modul 3** - Metodik för beteendeanalys och fallformulering
- **Modul 4** - Tillämpad KBT på vissa patologier: Fobier, ångest och depression

TERMIN 3: Tillämpade KBT på ytterligare patologier. Behandlingsarbete under handledning

- **Modul 8** - Tillämpad KBT på några patologier: Borderline personlighetsstörning, bipolär sjukdom och grundläggande psykofarmakologi
- **Modul 9** - Tillämpad KBT på vissa sjukdomar: Uppmärksamhetsstörning med underskott av överkänslighet, posttraumatiskt stressyndrom
- **Behandlingsarbete under handledning**

TERMIN 2: Tillämpad KBT på vissa patologier och självträning

- **Modul 5** - Tillämpad KBT på vissa patologier: Sömnstörning, generaliserat ångestsyndrom, tvångssyndrom
- **Modul 6** - Tillämpad KBT på vissa patologier: Ätstörning, beroendesjukdom
- **Modul 7** - Tillämpad KBT - Utbildningsmodul

TERMIN 4: Introduktion till ACT och fokus på professionell utveckling

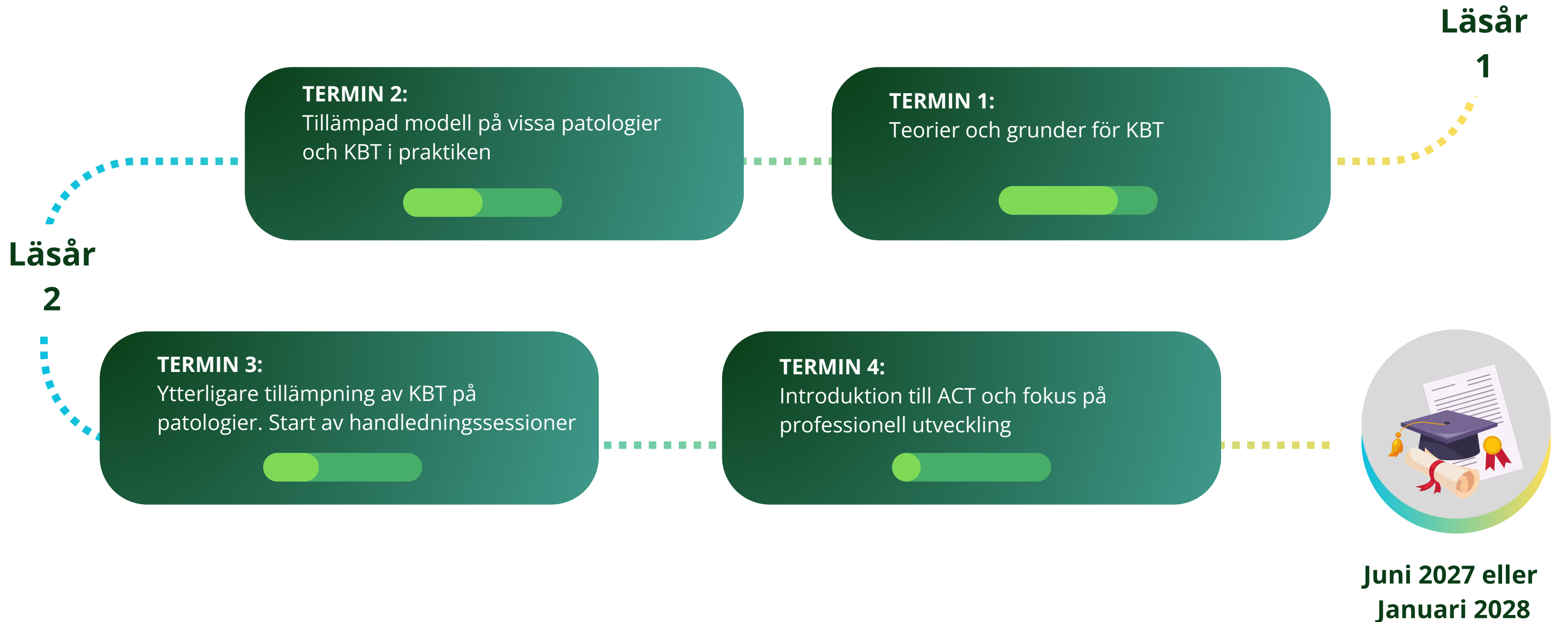
- **Modul 10** - Acceptance and Commitment Therapy, Mindfulness
- **Modul 11** - Professionell utveckling (PD) och etik
- **Behandlingsarbete under handledning**

DIN UTBILDNINGSPRESA - 2 ÅR PÅ 50%

 Teori vs Praktik

Startdatum:

September 2025 eller Januari 2026



PROGRAMMETS STRUKTUR OCH INNEHÅLL - 1,5 ÅR PÅ 75%

TERMIN 1: Grundläggande teorier och grunder för KBT

- **Modul 1** - Introduktion till allmän psykologi och huvudriktningar
- **Modul 2** - Översikt över kognitiva och beteende-/inlärningsteorier
- **Modul 3** - Metodik för beteendeanalys och fallformulering
- **Modul 4** - Tillämpad KBT på vissa patologier: Fobier, ångest och depression
- **Modul 5** - Tillämpad KBT på vissa patologier: Sömnstörningar, generaliserat ångestsyndrom, tvångssyndrom

TERMIN 3: Introduktion till ACT och fokus på professionell utveckling

- **Modul 9** - Tillämpad KBT på vissa patologier: Uppmärksamhetsstörning med överkänslighet, posttraumatiskt stressyndrom
- **Modul 10** - Acceptance and Commitment Therapy, Mindfulness
- **Modul 11** - Professionell utveckling (PD) och etik
- **Behandlingsarbete under handledning**

TERMIN 2: Tillämpad KBT på vissa patologier, start av handledda sessioner

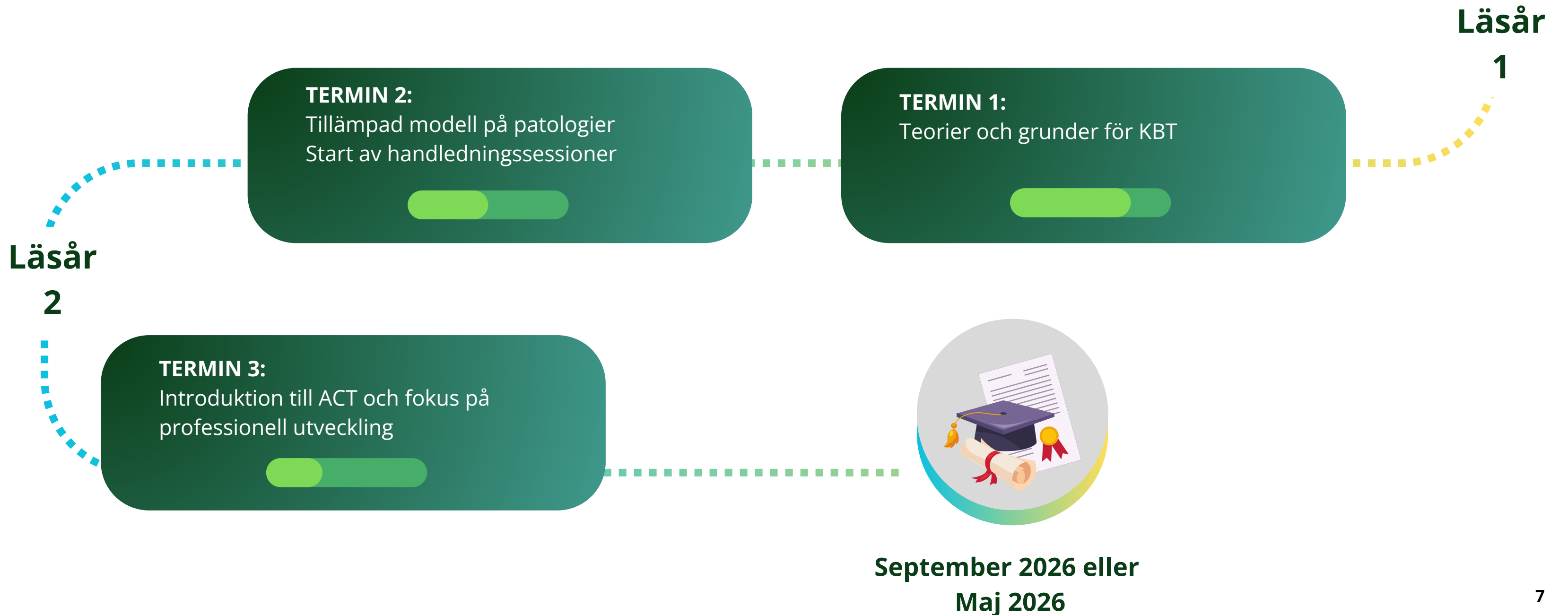
- **Modul 6** - Tillämpad KBT på vissa sjukdomar: Ätstörning, missbruksproblematik
- **Modul 7** - Tillämpad KBT - Utbildningsmodul
- **Modul 8** - Tillämpad KBT på vissa sjukdomar: Borderline personlighetsstörning, bipolär sjukdom och grundläggande psykofarmakologi
- **Behandlingsarbete under handledning**



DIN UTBILDNINGSPRESA - 1,5 ÅR PÅ 75%

 Teori vs Praktik

Startdatum:
Maj 2025 eller November 2024



MER INFORMATION OM PROGRAMMET



EXAMINATION

- Examinationerna utvärderar både **teoretiska kunskaper** i KBT och **praktiska moment**.
- Alla tentor är online och genomförs genom **MCQ**, **inlämningsuppgifter** och **examinationer** på portalen.
- Examinationerna bedöms med godkänt eller underkänt.
- Dessutom kommer handledaren att behöva bedöma **praktiska färdigheter** och handledares godkännande kommer att behövas för att få examen.
- Dessutom krävs **80% närvaro** vid handlednings sessioner för att validera examen



EXAMENSINTYG

- Efter **avslutad utbildning** med **godkända** resultat **erhåller du** en "Genomförd Grundläggande psykoterapiexamen med inriktning KBT" som översätts på engelska till "Undergraduate Diploma in Cognitive Behavioral Psychotherapy"
- **Vår utbildning är auktoriserad** och **kvalitetssäkrad** av Svenska Föreningen för KBT.
- Majoriteten av våra handledare är också auktoriserade och medlemmar i sfKBT
- Denna examen är förberedande för vidareutbildning och för dig som vill gå vidare till steg 2.



HANDLEDNING

- Handledningstillfällena kommer att äga rum i grupper **om högst fyra studenter** under de två terminerna.
- **10-12 sessioner per termin** planeras enligt handledarens planering och äger rum online.
- Under en session tar varje student med sig en **videoinspelning** och en **skriftlig rapport** om sina terapiesessioner. Handledaren kommer att ha möjlighet att **ge feedback** för varje fall.
- Observera att vi **inte tillhandahåller** patienterna. Studenten **har ansvaret** att ordna, ex genom sin arbetsplats eller på annat sätt kandidat för handledning.



STUDENTPORTALEN

- Utbildningsinnehållet presenteras på **distans** och vi använder **vår egen studentportal** med föreläsningar, övningar, utvärderingar och ett urval av litteratur som laddas upp.
- Det är ett **krav att studenten** har **tillgång** till en **dator** och **internetuppkoppling** vid kursstart.



RESURSER

- Förutom inlärningsvideor, övningar och handled utbildning förväntas deltagaren studera viss litteratur och ytterligare resurser (artiklar, videor ...) - både på **svenska** och på **engelska**.
- Det ingår viss obligatorisk litteratur som studenten behöver införskaffa.
- För litteraturlista ska du **kontakta oss** för att få kursplan för programmet.



ANSÖKNINGSPROCESSEN

KRAV PÅ BEHÖRIGHET

Syftet med detta program är att utbilda vårdpersonal i kontakt med patienter för att leverera kognitiv beteendeterapi.

Därför måste följande krav vara uppfyllda innan du anmäler dig till programmet:

- ha fyllt 25 år före kursstart och ha **varit yrkesverksam i minst 2 år**.
- ha genomgått gymnasieskolan och **uppfylla** kraven **för grundläggande behörighet** vid ett svenskt universitet.
- **ha en grundläggande utbildning** i ett av ämnesområdena eller besläktade ämnesområden såsom sociologi, pedagogik, psykologi, beteendevetenskap, humaniora eller medicin eller utbildning som bedöms som likvärdig.
- ha ett arbete med psykoterapeutiska arbetsuppgifter, till exempel kurator eller samtalsterapeut med/ eller på annat vis tillgång till kandidater för handledning under kursen.
- ha tidigare erfarenhet av ett **människovårdande yrke**, till exempel undersköterska, sjuksköterska, behandlingsassistent eller kurator.
- ha förmåga att tillgodogöra sig litteratur på **svenska** och **engelska**

OBS: Om den sökande inte uppfyller något av villkoren ovan förbehåller sig psyklinisk rätten att genomföra en **individuell prövning** med begäran om kompletterande information och ev en intervju.

URVAL TILL ANTAGNING

Urvalet av sökande till vår **steg-1-utbildning** baseras på följande **kriterier**:

- **Relevant utbildningsbakgrund** och nivå på tidigare genomförd utbildning.
- **Relevant yrkeserfarenhet** och nuvarande anställning.
- **Uppfyllande** av nämnda behörighetskrav.
- **Förmåga att tillgodogöra sig utbildningens innehåll.**

REGISTRERINGSPROCESS

Om din **ansökan godkänns** och efter betalning av dina **antagningsavgifter** kommer du officiellt att registreras till programmet.

När programmet börjar kommer du att få en inbjudan via e-post ca 1 vecka innan kursstart – för **att få tillgång till läroplattformen** med dina inloggningsuppgifter, annan viktig information för att komma igång med din inlärningsresa med Psyklinisk!

PRAKTISK INFORMATION

KOSTNADER

Programavgift: **138.000 SEK**

Avgiften **inkluderar** bl a. **antagningsavgiften**, tillgång till plattformen och **handledningen** samt administrationsavgifter och examensutfärdande.

FINANSIERING

Du kan välja att betala hela beloppet före start, per termin eller månadsvis.

Vi erbjuder **olika alternativ** för att förenkla finansieringen, fråga oss!



"Jag är oerhört tacksam för era insatser, ert engagemang och er behandling under hela utbildningsprocessen. Mina studieresultat återspeglar det väl. Förutom den nödvändiga kunskapen och utvecklingen fick jag ännu mer intresse för KBT-området, vilket motiverar mig att vidareutveckla mig som psykoterapeut. Alla aspekter av utbildningsprocessen som föreläsningar, handledning, utbildningsmaterial och studiematerial var mycket givande. Jag fick mer än jag förväntade mig. Alla ni som ligger bakom den processen har lämnat fina spår i mitt hjärta.

TACK!!!"

MARINA, 2024



FAKULTET



KRISTINA LINDESTAM
Leg psykoterapeut/Handledare
Handledare i KBT



Milla LESKINEN
Leg. psykolog
Föreläsare

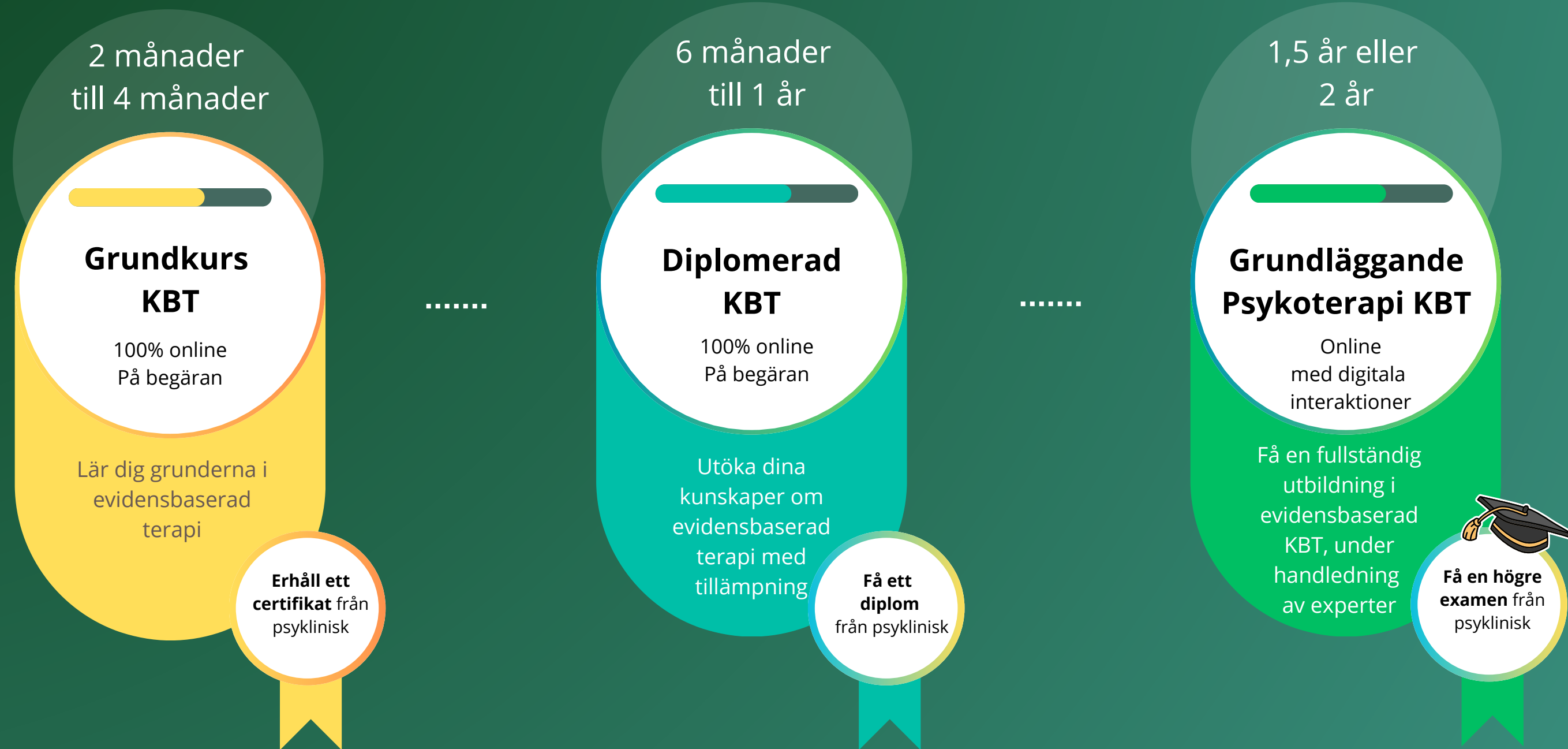


Henrik ÅSTRAND FREIDLITZ
Leg. Psykolog/Handledare
Handledare i KBT



Arsho Rad MD.
Utbildningsansvarig

Din utbildningsresa med psyklinisk Huvudprogram i KBT Psykoterapi



psyklinisk

Auktoriserad

Utbildningsanordnare

www.psyklinisk.com

Kontakta oss info@psyklinisk.com

+46 70 749 15 70

559289-1617

Sysslomansgatan 8

753 11 Uppsala

Sweden