Stockholms universitet

Kursanvisningar PSPSK1
Självkännedom KBT, 3 hp
Termin 2-3
PTU 2024

Placering i utbildningen

Kursen Självkännedom KBT, styrs av en kursplan för kurs på avancerad nivå fastställd av styrelsen för Psykologiska institutionen och gäller från HT 24. Kursen löper parallellt med programmets övriga kurser under termin 2-3.

Kursen består av:

Delkurs 1: Självkännedom KBT T2, 1 hp
Delkurs 2: Självkännedom KBT T3, 2 hp

Innehåll

Studenten får på ett strukturerat sätt pröva kognitiva och beteendeterapeutiska interventioner och därefter reflektera kring egna utmaningar och styrkor relevanta för det terapeutiska arbetet. Praktiska och skriftliga övningar görs i mindre grupper tillsammans med en gruppledare och på egen hand mellan träffarna. Allt egenarbete sammanfattas skriftligt och lämnas in till examinator efter delkurs 1 & 2.

Det övergripande syftet är att utveckla både tekniska och interpersonella färdigheter genom att:

- värdera och särskilja egna privata reaktioner från ett professionellt förhållningssätt.
- stärka reflektionsförmåga i samband med psykoterapeutiskt arbete.
- få egen erfarenhet av KBT-interventioner.

Kursen använder bland annat arbetsboken ”Experiencing CBT from the inside out” (Bennett-Levy m fl, -15) som underlag för praktiska övningar och reflektion. Litteratur och övningar kan revideras utifrån gruppens och studenters behov.

Stockholms universitet

Förväntade studieresultat

Fortlöpande utveckla självkännedom och empatiskt förmåga.

Efter kursens slut ska studenten uppvisa kunskapsmålen:

- visa förmåga till muntlig och skriftlig reflektion över det terapeutiska samarbetet med fokus på egna reaktioner/beteenden och dess eventuella inverkan på terapins utfall.
- visa förmåga till muntlig och skriftlig reflektion av egenpraktik av KBT-interventioner och dess eventuella inverkan på terapins utfall.
- visa förmåga till muntlig och skriftlig reflektion över reflektionsprocessen och dess eventuella inverkan på terapins utfall.

Kunskapskontroll och examination

Kursen betygssätts med *Godkänd* eller *Underkänd* och examineras genom uppvisad förmåga att fortlöpande utveckla självkännedom och empatisk förmåga enligt de operationaliserade kursmålen. En skriftlig sammanfattning/hemskrivning lämnas in i Athena efter delkurs 1 och 2.

Enstaka frånvaro (vid ett tillfälle) under en termin kompletteras under pågående termin enligt kursansvarigs anvisning. Vid eventuell frånvaro där utöver beslutar kursansvarig om hela terminen ska tas igen.

Kursupplägg och Schema

Se Athena och Time-Edit för upplägg och schema. Eventuella schemaändringar kan göras inom respektive grupp i överenskommelse med kursledaren.

Obligatorisk litteratur

Bennett-Levy, J., Thwaites, R., Haarhoff, B., Perry, H. (2015). *Experiencing CBT from the inside out. A self-practice/self-reflection Workbook for Therapists*. New York: Guilford Press.

Eventuellt ytterligare kurslitteratur kan tillkomma enligt gruppledarens anvisningar

Stockholms universitet

Plagiat, fusk och otillåtet samarbete

Som en del i ditt ansvar som student ingår att känna till de regler som finns för examination. Utförlig information finns både på institutionens och Stockholms universitets hemsida www.su.se/regelboken. Lärare är skyldiga att anmäla misstanke om fusk och plagiat till rektor och disciplinnämnden. Plagiat och fusk blir alltid ett disciplinärende och kan leda till avstängning. Ett exempel på plagiat är att ordagrant eller nästan ordagrant skriva av en text (gäller även enstaka meningar) och inte ange varifrån detta kommer. Detta gäller även texter du själv skrivit tidigare (självplagiat). Till fusk räknas till exempel att ha med otillåtna hjälpmedel, som mobil, på prov. Att ha studiegrupper tillsammans är utvecklande och tidsbesparande, men när det kommer till examinationsuppgifter måste du vara noggrann med att arbeta själv (om inte annat tydligt anges) för att inte riskera att det ska räknas som otillåtet samarbete.

Kursansvarig

Anna Mautner
Leg. psykolog/leg. Psykoterapeut.
E-post: anna.mautner@psychology.su.se