Stockholms universitet

Kursanvisningar PSKBT1
Termin 2
Vårterminen 2025

Teorier, metoder och tillämpningar för patienter med ångest och relaterade tillstånd, 6 hp

Placering i utbildningen

Huvudkursen Psykoterapeutiska teorier och metoder inom KBT styrs av en kursplan som är fastställd av styrelsen för Psykologiska institutionen och är giltig från och med 2024.

Kursen ger fördjupade kunskaper i psykoterapi med grund i kognitiv beteendeterapi (KBT) samt andra relevanta områden inom klinisk psykologi.

Hela kursen består av delkurserna Klinisk bedömning och fallkonceptualisering (termin 1), Teorier, metoder och tillämpningar för patienter med ångest och relaterade tillstånd (termin 2), Teorier, metoder och tillämpningar för patienter med depression och relaterade tillstånd (termin 3), Teorier, metoder och tillämpningar med andra specifika KBT-format (termin 4) samt Teorier, metoder och tillämpningar vid komplexa psykiatriska/psykologiska tillstånd/syndrom (termin 5).

Innehåll

Delkursen behandlar teori och praktik utifrån KBT vid ångest och relaterade tillstånd utifrån syndromspecifika, inlärningsteoretiska, kognitiva och diagnosöverskidande metoder och modeller.

Förväntade studieresultat

Efter delkursens slut ska studenten uppvisa kunskapsmålen:

- Färdigheter i att applicera relevanta teoretiska begrepp i ett kliniskt sammanhang utifrån ett kognitivt och inlärningsteoretiskt perspektiv.
- Färdigheter i att konceptualisera och behandla ångestsyndrom utifrån ett kognitivt och inlärningsteoretiskt perspektiv.
- Färdigheter i att kunna relatera ångestsyndrom och relaterade tillstånd till varandra.
- Färdigheter i att konceptualisera och behandla diagnosöverskridande ångestsyndrom.

Kunskapskontroll och examination

Närvaro på all undervisning är obligatorisk om inte annat anges. Kursen examineras genom en skriftlig salstentamen. Utöver obligatorisk kurslitteratur kan allt undervisningsinnehåll komma att examineras. Vid betygssättning tillämpas en sjugradig skala. Betyget för skrivningen gäller som betyg för hela delkursen. Praktiska övningar och rollspel är ett obligatoriskt inslag på kursen. Frånvaro vid seminarier med praktiska inslag (work-shops) kompletteras vid nästkommande kurstillfälle enligt kursansvarigs anvisning.

Kursupplägg och schema

Beskrivning av föreläsningstillfällen, förberedelser, läshänvisningar, praktisk information kring gruppindelning och inlämningsuppgifter sker kontinuerligt via Athena (Its Learning). Se även ett förslag för inläsning i kursanvisningen nedan. För aktuellt schema, se alltid Time-edit.

Lärare

Mia Asplund, Leg.psykolog, Specialist i psykologisk behandling, Leg.psykoterapeut, Medicine doktor
Erik Hedman, professor, leg psykolog, leg psykoterapeut
Malin Levin, leg psykolog, leg psykoterapeut, Handledare i klinisk psykologi
Johan Lundin, Doktorand, leg psykolog
Anna Mautner, Leg psykolog, leg psykoterapeut, Handledare i klinisk psykologi
Ida Mälarstig, Doktorand, Leg psykolog, Leg Psykoterapeut, Specialist i psykologisk behandling
Anna Rosengren, Leg.psykolog, Specialist i psykologisk behandling

Obligatorisk litteratur:

1. Abramowitz, J.S (2022). 6.17 - Obsessive–Compulsive Disorder and Obsessive–Compulsive Related Disorders, I Gordon J.G. Asmundson (Red.), *Comprehensive Clinical Psychology* (2 uppl, s 301-319). Elsevier. https://doi.org/10.1016/B978-0-12-818697-8.00238-7

2. Axelsson, E & Hedman-Lagerlöf, E. (2022). 6.24 - Health Anxiety. I Gordon J.G. Asmundson (Red.), *Comprehensive Clinical Psychology* (2 uppl, s 422-439). Elsevier. https://doi.org/10.1016/B978-0-12-818697-8.00231-4.

3. Cooper, A. A., Clifton, E. G., & Feeny, N. C. (2017). An empirical review of potential mediators and mechanisms of prolonged exposure therapy. *Clinical psychology review*, *56*, 106-121.

4. Craske, M., Stein, M., Eley, T. *et al.* Correction: Anxiety disorders. *Nat Rev Dis Primers* 3, 17100 (2017). https://doi-org.proxy.kib.ki.se/10.1038/nrdp.2017.100

5. Craske, M.G, Treanor, M., Zbozinek, T.D., & Vervliet, B. (2022). Optimizing exposure therapy with an inhibitory retrieval approach and the OptEx Nexus. *Behavior Research and Therapy,152.* https://doi.org/10.1016/j.brat.2022.104069

6. Creswell, C., Waite, P., & Hudson, J. (2020). Practitioner Review: Anxiety disorders in children and young people–assessment and treatment. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *61*(6), 628-643.

7. Ehlers, A., & Clark, D. M. (2000). A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour research and therapy*, *38*(4), 319–345. https://doi.org/10.1016/s0005-7967(99)00123-0

8. Knowles, K.A., Tolin, D.F. Mechanisms of Action in Exposure Therapy. *Curr Psychiatry Rep* 24, 861–869 (2022). https://doi.org/10.1007/s11920-022-01391-8

9. Ricks. W (2020). Cognitive-Behavior Therapy for Generalized Anxiety Disorder: Recent Developments in Theory and Treatment. Anxiety And Depression Journal. 3(1):122

10. Socialstyrelsen. Nationella riktlinjer för vård vid depression och ångestsyndrom. Stockholm: Socialstyrelsen; 2021. Nationella riktlinjer. [accessed Dec 17 2021]. https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/nationella-riktlinjer/2021-4-7339.pdf.

Ytterligare artiklar tillkommer enligt lärares anvisningar.

Lästips/Referenslitteratur

1. Asplund, M., Rück, C., Lenhard, F., Gunnarsson, T., Bellander, M., Delby, H., & Ivanov, V. Z. (2021). ACT-enhanced group behavior therapy for trichotillomania and skin-picking disorder: A feasibility study. *Journal of clinical psychology*, *77*(7), 1537–1555. https://doi.org/10.1002/jclp.23147

2. Barlow, D.H. (2020). *Unified protocol: diagnosöverskridande psykologisk behandling Arbetsbok.* (Andra utgåvan). [Stockholm]: Natur & Kultur.

3. Barlow, D.H. (2020). *Unified protocol: diagnosöverskridande psykologisk behandling Terapeutmanual.* (Andra utgåvan). [Stockholm]: Natur & Kultur.

4. Clark, D. A., & Beck, A. T. (2011). Cognitive Therapy of Anxiety Disorders: Science and Practice. New York: Guilford Press.

5. Foa, E.B., Hembree, E.A., Rothbaum, B.O. & Rauch, S.A. (2021). *Prolonged exposure terapeutmanual: emotionell bearbetning vid ptsd.* (Andra utgåvan). Stockholm: Natur & Kultur.

6. Forster, M. (2013). *Jag törs inte men gör det ändå: [om barns välmående och självkänsla]*. (1. utg.) Stockholm: Natur & kultur.

7. Otto, M.W. & Hofmann, S.G. (2010). *Avoiding Treatment Failures in the Anxiety Disorders* (Series in Anxiety and Related Disorders). New York: Springer

8. Ramnerö, J. (2023). *Exponering som psykologisk behandlingsmetod (1 uppl.).* Studentlitteratur.

9. Rosengren, A. (2019). *KBT ur ett barnperspektiv: förhållningsätt och anpassningar i psykiatriskt arbete*. (Första utgåvan). Stockholm: Natur & kultur

10. Öst, L. (red.) (2017). *KBT inom barn- och ungdomspsykiatrin*. (Andra utgåvan). [Stockholm]: Natur & Kultur

Betygskriterier

För betygssättning tillämpas följande sjugradiga skala.

A – Utmärkt
Redogörelsen för och diskussionen av aktuell behandling är koncentrerade, synnerligen välskrivna med klargörande och nyanserade metodiska och teoretiska aspekter exemplifierade. Reflekterande resonemang är väl genomförda och mycket väl teoretiskt förankrade.

B – Mycket bra
Redogörelsen för och diskussionen av aktuell behandling är välskrivna med klargörande, nyanserade metodiska och teoretiska aspekter exemplifierade. Reflekterande resonemang är väl genomförda och med en teoretisk förankring.

C – Bra
Redogörelsen för och diskussionen av aktuell behandling är välskrivna med klargörande metodiska och teoretiska aspekter exemplifierade. Reflekterande resonemang är något begränsade.

D – Tillfredsställande
Redogörelsen för och diskussionen av aktuell behandling är tydliga och begripliga med metodiska och teoretiska aspekter exemplifierade. Reflekterande resonemang är begränsade.

E – Tillräckligt
Redogörelsen för aktuell behandling innehåller metodiska och teoretiska aspekter, men är något otydlig/outvecklad eller kortfattad.

Fx – Otillräckligt
Redogörelsen för den aktuella behandlingen är otydlig och något bristfällig samt tyder på vissa missförstånd. (Åtgärd: restuppgift.)

F – Helt otillräckligt
Redogörelsen för den aktuella behandlingen är ostrukturerad och bristfällig eller tyder på betydande missförstånd. (Åtgärd: hela uppgiften görs om.)

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.

Förslag på körschema inläsning 2025

På termin 2 betonas egen fördjupning vilket betyder att studenten uppmuntras att själv söka upp material utifrån behov och intresse. Föreläsarna kommer även genomgående föreslå artiklar, hemsidor och övrigt material för mer kunskapsinhämtning. Nedan är förslag på upplägg av inläsning utifrån föreläsningens tema.

Kursintroduktion och Exponering del 1 med Anna Mautner 2025-01-27

Obligatorisk litteratur:

Craske, M., Stein, M., Eley, T. *et al.* Correction: Anxiety disorders. *Nat Rev Dis Primers* 3, 17100 (2017). https://doi-org.proxy.kib.ki.se/10.1038/nrdp.2017.100

Craske, M.G, Treanor, M., Zbozinek, T.D., & Vervliet, B. (2022). Optimizing exposure therapy with an inhibitory retreval approach and the OptEx Nexus. *Behavior Research and Therapy,152.* https://doi.org/10.1016/j.brat.2022.104069

Knowles, K.A., Tolin, D.F. Mechanisms of Action in Exposure Therapy. *Curr Psychiatry Rep* 24, 861–869 (2022). https://doi.org/10.1007/s11920-022-01391-8

Socialstyrelsen. Nationella riktlinjer för vård vid depression och ångestsyndrom. Stockholm: Socialstyrelsen; 2021. Nationella riktlinjer. [accessed Dec 17 2021]. https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/nationella-riktlinjer/2021-4-7339.pdf.

Referenslitteratur/lästips:

Otto, M.W. & Hofmann, S.G. (2010). *Avoiding Treatment Failures in the Anxiety Disorders* (Series in Anxiety and Related Disorders). New York: Springer

Ramnerö, J. (2023). *Exponering som psykologisk behandlingsmetod (1 uppl.).* Studentlitteratur.

OCD & relaterade tillstånd med Mia Asplund 2025-02-10

Obligatorisk litteratur

Abramowitz, J.S (2022). 6.17 - Obsessive–Compulsive Disorder and Obsessive–Compulsive Related Disorders, I Gordon J.G. Asmundson (Red.), *Comprehensive Clinical Psychology* (2 uppl, s 301-319). Elsevier. https://doi.org/10.1016/B978-0-12-818697-8.00238-7

Referenslitteratur/lästips:

Asplund, M., Rück, C., Lenhard, F., Gunnarsson, T., Bellander, M., Delby, H., & Ivanov, V. Z. (2021). ACT-enhanced group behavior therapy for trichotillomania and skin-picking disorder: A feasibility study. *Journal of clinical psychology*, *77*(7), 1537–1555. https://doi.org/10.1002/jclp.23147

Exponering del II utifrån ett barnperspektiv med Anna Rosengren 2025-02-24

Obligatorisk litteratur:

Creswell, C., Waite, P., & Hudson, J. (2020). Practitioner Review: Anxiety disorders in children and young people–assessment and treatment. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *61*(6), 628-643.

Lästips/referenslitteratur

Forster, M. (2013). *Jag törs inte men gör det ändå:om barns välmående och självkänsla*. (Första utgåvan) Stockholm: Natur & kultur.

Rosengren, A. (2019). *KBT ur ett barnperspektiv: förhållningsätt och anpassningar i psykiatriskt arbete*. (Första utgåvan). Stockholm: Natur & kultur

Whiteside, S. P., Sim, L. A., Morrow, A. S., Farah, W. H., Hilliker, D. R., Murad, M. H., & Wang, Z. (2020). A meta-analysis to guide the enhancement of CBT for childhood anxiety: exposure over anxiety management. *Clinical child and family psychology review*, *23*, 102-121.

Öst, L. (red.) (2017). *KBT inom barn- och ungdomspsykiatrin*. (Andra utgåvan). Stockholm: Natur & Kultur

Social ångest med Johan Lundin 2025-03-24

Lästips/referenslitteratur:

Clark, D. A., & Beck, A. T. (2011). Cognitive Therapy of Anxiety Disorders: Science and Practice. New York: Guilford Press.

https://www.nice.org.uk/guidance/cg159

PTSD med Ida Mälarstig (fm) & Johan Lundin (em) 2025-04-07

Obligatorisk litteratur.

Cooper, A. A., Clifton, E. G., & Feeny, N. C. (2017). An empirical review of potential mediators and mechanisms of prolonged exposure therapy. *Clinical psychology review*, *56*, 106-121.

Ehlers, A., & Clark, D. M. (2000). A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour research and therapy*, *38*(4), 319–345. https://doi.org/10.1016/s0005-7967(99)00123-0

Lästips/referenslitteratur

Foa, E.B., Hembree, E.A., Rothbaum, B.O. & Rauch, S.A. (2021). *Prolonged exposure terapeutmanual: emotionell bearbetning vid ptsd.* (Andra utgåvan). Stockholm: Natur & Kultur

Salstentamen (se Athena) 25-04-14 kl 9-11

Unified Protocol (UP) del 1 med Malin Levin 2025-05-05 (fm)

Lästips/referenslitteratur

Barlow, D.H. (2020). *Unified protocol: diagnosöverskridande psykologisk behandling Arbetsbok.* (Andra utgåvan). [Stockholm]: Natur & Kultur.

Barlow, D.H. (2020). *Unified protocol: diagnosöverskridande psykologisk behandling Terapeutmanual.* (Andra utgåvan). [Stockholm]: Natur & Kultur.

Litteraturseminarium med Anna Mautner 2025-05-05 (em)

Se instruktioner i Athena

Unified Protocol (UP) del 2 med Malin Levin 2025-05-19 (fm)

Lästips (se UP del 1)

Hälsoångest med Erik Hedman 2025-05-19 (em)

Obligatorisk litteratur:

Axelsson, E & Hedman-Lagerlöf, E. (2022). 6.24 - Health Anxiety. I Gordon J.G. Asmundson (Red.), *Comprehensive Clinical Psychology* (2 uppl, s 422-439). Elsevier. https://doi.org/10.1016/B978-0-12-818697-8.00231-4.

Egna presentationer GAD (se Athena) 2024-06-02

Obligatorisk litteratur:

Ricks. W (2020). Cognitive-Behavior Therapy for Generalized Anxiety Disorder: Recent Developments in Theory and Treatment. Anxiety And Depression Journal. 3(1):122