



## Ny utbildning !



### Högskolan i Halmstad Sektionen för Hälsa & Samhälle

Högskolan i Halmstad, sektionen för Hälsa & Samhälle har lång erfarenhet av utbildning i psykologi från grundläggande till avancerad nivå. Hösten 2009 startas ett nytt psykologiprogram med två profiler, en inom idrott och en inom arbetsliv. Under de tre senaste åren ges kurser på avancerad nivå i psykologiskt rådgivningsarbete.



### Center för Cognitiv Terapi & Utbildning Ett företag i Evidenskoncernen

Center för Cognitiv Terapi & Utbildning är sedan 25 år Sveriges ledande utbildningscenter inom kognitiv- och beteendearbete. Centret bedriver högskoleprogram med examensrätt för psykoterapiutbildning. Centret har ett stort och aktivt nätverk nationellt och internationellt för forskning och utbildning.

## Utbildning i Kognitiv och Beteendearbete 30 högskolepoäng med start hösten 2009

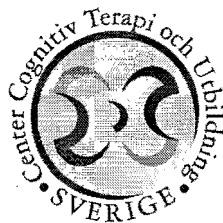
Halvfartsutbildning ca 1 dag/vecka

Utbildningen leder till utvecklad kompetens inom psykosocial hälsa samt tillämpat professionellt kognitivt och beteendearbete förhållningssätt i praktiken. Utbildningen vänder sig till personal inom till exempel socialtjänstens alla delar, skola, primärvård, behandlingshem och institutioner, kyrka och kriminalvård.

Kognitiv counsellor är sedan många år en internationellt etablerad yrkestitel inom fältet för psykisk och social hälsa. Högskolan i Halmstad och Center för cognitiv Terapi & Utbildning är nu först i Sverige med att erbjuda utbildning inom kognitiv och beteendearbete counselling.

**Kontaktperson:** Annika Selstam

Mailadress: [annika.selstam@cognitivterapi.se](mailto:annika.selstam@cognitivterapi.se), mobil: 070-20 00 455



## Kognitiv och Beteendeorienterad Counselling, Cognitive and Behaviorally oriented Counselling motsvarande i omfattning 30 högskolepoäng (hp)

### Förkunskap och behörighetskrav

Grundläggande behörighet

#### Kursens mål

Kursen syftar till att ge de studerande kunskap om centrala teorier och modeller för beskrivning av normala och psykopatologiska processer ur ett kognitivt perspektiv. I kursen diskuteras olika psykiska sjukdomstillstånd, psykiatrisk diagnostik och behandlingsmetoder. I kursen behandlas områdets vetenskapliga grund liksom aktuellt forsknings- och utvecklingsarbete.

Kursen syftar även att utveckla de studerandes förmåga att integrera teori och tillämpning i ett professionellt bemötande av klienter, liksom relevanta etiska bedömningar i sådana möten.

Efter avslutad kurs förväntas studenten kunna:

#### *Kunskap och förståelse*

För godkänd utbildning och utbildningsbevis skall den studerande visa:

- kunskap om centrala teorier och modeller för beskrivning och förklaring av normala och psykopatologiska processer utifrån kognitivt perspektiv
- kännedom om förhållanden i samhället som påverkar individers och grupper hälsa och förebygger psykisk ohälsa
- kännedom om olika psykiska sjukdomstillstånd, psykiatrisk diagnostik och behandlingsmetoder
- kännedom om områdets vetenskapliga grund, aktuellt forsknings- och utvecklingsarbete, sambandet mellan vetenskap och beprövad erfarenhet samt sambandets betydelse för yrkesutövningen
- kunskap om ett professionellt förhållningssätt med speciellt beaktande av suicidprevention och etiska överväganden.

#### *Färdigheter och förmåga*

- sådana färdigheter inom kognitivt förhållningssätt/counselling som krävs för att i samverkan med patienten/klienten genomföra bedömningar samt upprätthålla, genomföra och kritiskt utvärdera åtgärder
- förmåga att integrera teoretisk kunskap och praktisk tillämpning,
- förmåga att muntligt och skriftligt redogöra för och diskutera åtgärder och behandlingsresultat med berörda parter samt i enlighet med relevanta författningar dokumentera dessa
- förmåga till lagarbete och samverkan med andra yrkesgrupper
- förmåga att följa kunskapsutvecklingen inom området kognitivt förhållningssätt/counselling.

### *Värderingsförmåga och förhållningssätt*

- förmåga till ett professionellt förhållningssätt gentemot patienter/klienter och deras närstående
- förmåga att med helhetssyn på människan göra åtgärdsbedömningar utifrån relevanta vetenskapliga, samhällsliga och etiska aspekter, med särskilt beaktande av de mänskliga rättigheterna
- förmåga att identifiera sitt behov av ytterligare kunskap samt fortlöpande utveckla sin kompetens
- förmåga att fortlöpande utveckla självkännet och empatisk förmåga

### **Kursens huvudsakliga innehåll**

Kursen består av 3 delkurser, vardera motsvarande 10 hp

#### ***Delkurs 1***

*Teorier och metoder om kognition, emotion, och beteende i ett systemperspektiv, med betoning på psykisk hälsa och normalitet. (Theories and methods on cognition, emotion and behaviour in the perspective of a unitary system with special focus on psychological health and normality).*

I delkursen diskuteras grundläggande teorier om människans kognitiva system som uppmärksamhet, perception, minne och tänkande. Grundläggande teorier kring emotioner och beteenden lyfts fram i kursen liksom hur dessa samverkar och utvecklas i interaktion med andra. I kursen behandlas även aktuella forsknings- och utvärderingsmetoder liksom den professionella etik som är förenad med counselling arbete. Efter avslutad delkurs förväntas studenten ha kunskap om teorier rörande perception, minne, fantasi, tänkande och problemlösning, förstå hur känslor, tankar, intressen, värderingar, beteenden och fysiologiska tillstånd samverkar i människans fungerande, ha kunskap om teorier om människan som ett interaktivt system i samspel med andra interaktiva system, förstå innebörden av det kognitiva förhållningssättet, känna till grundläggande metoder för samtal, kognitiv terapeutisk allians, respektfullt och empatiskt lyssnande samt problemlösning, avspänning och meditation.

#### ***Delkurs 2***

*Teorier och metoder för bemötande av enskilda patienter/klienter ur psykologiskt och psykiatriskt perspektiv. (Theories and methods in counselling).*

I delkursen behandlas centrala kognitionspsykologiska teorier om psykopatologiska processers uppkomst och utveckling. I delkursen behandlas även neuropsykologiska och neurofysiologiska teorier och förklaringsmodeller liksom psykofarmakologi i relation till psykopatologiska processer och counselling. Efter avslutad kurs förväntas studenten ha, kunskap om centrala kognitiva teorier och modeller för beskrivning och förklaring av psykopatologiska processers uppkomst och utveckling, förstå principerna bakom ett kognitivt counselling arbete med barn, ungdomar, vuxna, familjer, grupper, par och andra system, ha kännedom om och förståelse för samhällsförhållanden som påverkar psykisk hälsa, ha förståelse för centrala kognitiva teories bakomliggande perspektiv: evolution, kognitions-, emotions- och beteendepsykologi, utvecklingspsykologi och lärande, ha kännedom om neurofysiologiska, neuropsykologiska och neuropsykiatriska teorier och förklaringsmodeller, ha kännedom om klinisk psykofarmakologi i relation till psykopatologiska processer och kognitiv counselling.

**Delkurs 3**

*Integration av teori och praktik i kognitiv och beteendeorienterad counselling. (Integration of theory and practice in cognitive and behavioural counselling).*

Under delkursen får studenterna, i seminarieform, träna på att använda sina, under kursen, inhämtade teorikunskaper i olika praktiska seminarieövningar.

Efter avslutad delkurs förväntas studenten kunna, integrera teori och praktik inom counsellingområdet, kunna tillämpa ett professionellt kognitivt förhållningssätt i praktiken med speciellt beaktande av etiska överväganden i behandlingsarbetet, ha kunskap om tillämpad psykologisk behandling vid lättare ångest- och depressionstillstånd, stressreaktioner orsakade av psykosocial ohälsa. Mer specifikt ska studenten kunna integrera och tillämpa praktisk och teoretisk kunskap i att utveckla relationen med klienten, kognitiv konceptualisering, använda den kognitiva modellen, föra mål- och processdiskussion, använda kognitiva, emotions- och beteendetekniker, samt öka medvetenheten runt egna reaktioner i counsellingarbetet.

**Undervisning**

Undervisningen kan ske i form av exempelvis föreläsningar, lektioner, seminarier och gruppövningar. Deltagandet i förekommande gruppövningar och seminarier är obligatoriskt. Undervisning bedrivs normalt på svenska, men undervisning på engelska kan förekomma.

**Examination**

Examination kan ske individuellt och/eller i grupp, i form av skriftliga och muntliga tentamina. Som betyg för hel kurs används något av uttrycken *underkänd*, *godkänd* eller *väl godkänd*.

**Kursvärdering**

I kursen ingår kursvärdering. Denna skall vara vägledande för utveckling och planering av kursen. Kursvärderingen skall dokumenteras och redovisas för studenterna.