

## *Inbjudan 4 x 1 dag workshop i Dialektisk Beteendeterapi*

# FÄRDIGHETERNA I DBT

Malmö 17, 18, 19 och 20 november 2020

### **BAKGRUND & SYFTE**

Färdighetsträning som psykiatrisk behandling och/eller som komplement till annan psykiatrisk behandling blir allt vanligare. Dialektisk Beteendeterapi har sedan decennier tillbaka färdighetsträning som en viktig del i behandlingen. Ny forskning tyder på att effektiv färdighetsträning tycks särskilt viktig för behandlingsutfallet.

Workshopen håller fokus på centrala delar ur varje grupp av färdigheter. Valda färdigheter belyses, undervisas och övas.

### **UPPLÄGG 2020**

Kursen genomförs som fyra fristående endagsworkshopar. Samtliga dagar börjar 08.30, men medan tre dagar slutar 16.30, så avslutas den 20 november klockan 15.45. Man kan med fördel gå alla fyra dagarna, man kan också välja enskilda dagar efter behov:

- Tisdag 17 november Färdigheter i medveten närvaro
- Onsdag 18 november Relationsfärdigheter
- Torsdag 19 november Färdigheter i känsloreglering
- Fredag 20 november Färdigheter i att stå ut när det är svårt & acceptans.

Kursdagarna innehåller genomgångar, praktiska övningar, rollspel, hemuppgifter mm. Kursen är förlagd till Kockum Fritid, Malmö ([www.kockumfritid.se](http://www.kockumfritid.se)). Vi planerar att ge kursen årligen.

*Kursens innehåll och upplägg hänger väl samman med "Intensivutbildning i DBT"\* , liksom med "Kurs för färdighetstränare"† och "Workshop: Konsultationsteamet i DBT"‡.*

### **MÅLGRUPP**

Kursen vänder sig till personal i människovårdande yrken, där man vill använda färdigheter för att stödja, påverka och förändra:

Medarbetare inom psykiatri, socialtjänst, privata vårdgivare och behandlingshem m fl.

### **UTBILDARE**

Anita Linnér, leg. psykoterapeut med flerårig erfarenhet av arbete med DBT inom barn- och vuxenpsykiatri, utbildar och handleder i DBT.

Peter Thunström, leg. psykolog, leg. psykoterapeut, handledare i psykoterapi med flerårig erfarenhet av barn- och ungdomspsykiatri, utbildar och handleder i bl. a. DBT.

---

\* För inbjudan till Intensivutbildning, se [www.psykologem.se](http://www.psykologem.se), eller kontakta [anita.linner@gmail.com](mailto:anita.linner@gmail.com)

† För inbjudan till färdighetstränarkurs, se [www.psykologkontext.se](http://www.psykologkontext.se) eller kontakta [thunstrom.peter@gmail.com](mailto:thunstrom.peter@gmail.com)

‡ För workshop till DBT-konsultationsteam, se [www.psykologkontext.se](http://www.psykologkontext.se) eller kontakta [thunstrom.peter@gmail.com](mailto:thunstrom.peter@gmail.com)

## **FÖRKUNSKAPER**

Inga förkunskaper behövs, men Du är sannolikt bättre förberedd om Du tagit del av *DBT® Skills Training Manual (Second Edition; 2014)* av Marsha Linehan, liksom den svenska översättningen av dess informations- och arbetsblad *Dialektisk beteendeterapi: arbetsblad för färdighetsträning* av Marsha Linehan. Detta är även kursböcker, och skall medföras till kursen.

## **KOSTNAD**

Kostnad per deltagare för en dag: 2600 kr, för två dagar 4900 kr, för tre dagar 7300 kr, och för fyra dagar 9700 kr. Avgiften inkluderar visst kursmaterial, samt lunch, för- och eftermiddagskaffe. Moms tillkommer. Kursen kan faktureras 2020 eller 2021, efter önskemål.

## **ANMÄLAN**

Skicka din/er **bindande** anmälan senast **den 16 oktober 2020**, du får *därefter* via e-post besked om du antagits till kursen. Vid för litet deltagarantal ställs kursen in.

Anmälan skickas till e-postadress: [thunstrom.peter@gmail.com](mailto:thunstrom.peter@gmail.com)

Ange namn, yrke, arbetsplats & -adress, mobilnummer, e-post, faktureringsadress, samt ev. särskilda önskemål rörande kost.

## **INFORMATION**

För mer information, kontakta Peter Thunström, mobil: 0708 - 15 65 16, eller Anita Linnér, mobil: 0768 – 67 21 67.

***Varmt välkommen!***