

KBT för DBT:are

6 dagar: Linköping, 3-4-5 december 2019 och 4-5-6 februari 2020

Fördjupa din förståelse av kedjeanalys i DBT med hjälp av
inlärningspsykologi och KBT!
Integrera evidensbaserade KBT-metoder i din DBT-behandling!

*Välkommen till en inspirerande orienteringsutbildning med tonvikt på
praktisk tillämpning och övning!*

Dialektisk beteendeterapi, DBT, är en behandlingsmetod som vilar på tre olika, samverkande ben: Beteendeterapi, Zenbuddism och Dialektisk filosofi.

Kunskaper inom inlärningspsykologi och funktionell analys är mycket viktiga för en fördjupad förståelse och en effektiv tillämpning av DBT. Kännedom om evidensbaserade behandlingstekniker och manualer inom KBT-spektrat utgör också ett mycket värdefullt tillskott i behandlingsarbetet.

Den här kursen syftar till att ge grundläggande kunskaper i inlärningspsykologi och beteendeanalys samt en orientering och praktisk övning i de viktigaste behandlingsinterventionerna inom KBT.

KURSIONNEHÅLL

- Inlärningspsykologins basala begrepp
- Relational Frame Theory (RFT), grundläggande begrepp
- Beteendeanalys och behandlingsplanering
- Kognitiv teori och fallkonceptualisering

- Relevanta förändrings- och behandlingsmetoder inom KBT-spektrat, bl a
 - Beteendeaktivering
 - Exponering
 - Kognitiva tekniker, perspektivtagande
 - Beteendeexperiment
 - Problemlösning
 - Stimulikontroll, och arbete med förstärkningskontingenser
 - Värderingsarbete och målformulering

- Relevanta manualer (behandlingspaket) för olika diagnoser, såsom
 - Depression
 - Tvångssyndrom
 - Generaliserat Ångestsyndrom (GAD)
 - PTSD
 - Sömnstörningar

UPPLÄGG

Kursen innehåller föreläsningmoment, modellering, rollspel samt praktiska övningar. All teori såväl som alla verktyg och tekniker som tas upp kommer kontinuerligt att kopplas till DBT-behandling.

- Kursen hålls i centrala Linköping, lokal fastställes senare, tid: 09.00—16.00.
- För att maximera inläringen kommer kursen innehålla hemuppgifter och deltagarna kommer även få öva sig i att tillämpa färdigheterna i sin kliniska vardag mellan tillfälle 1 (december) och 2 (februari).
- Det tillkommer även kvällsarbete i form av hemuppgifter. Kursens upplägg bygger på 100% närvaro. Om flera medlemmar i samma DBT-team närvarar finns en ökad möjlighet till implementering av de erhållna kunskaperna i teamets verksamhet.

MÅLGRUPP

Kursen riktas till såväl nya som etablerade DBT-terapeuter som vill lära sig grunderna i kognitiv beteendeterapi. Även DBT-terapeuter som redan har en grundläggande kunskap i KBT kan dra nytta av kursens integrerade och praktisknära upplägg. Slutligen välkomnas andra deltagare som har ett allmänt intresse av att förkovra sig i KBT och har intresse av beteendeorienterad behandling.

UTBILDARE

Kristofer Zetterqvist, leg. psykolog, leg. psykoterapeut, handledare i psykoterapi med flerårig erfarenhet av behandlingsarbete med vuxna inom vuxenpsykiatri och i privat verksamhet, liksom av utbildnings- och handledningsuppdrag inom KBT och ACT.

Peter Thunström, leg. psykolog, leg. psykoterapeut, handledare i psykoterapi med flerårig erfarenhet av barn- och ungdomspsykiatri, liksom av utbildnings- och handledningsuppdrag inom bl a DBT.

KOSTNAD

14 900 kr/person inklusive kursmaterial, för- och eftermiddagskaffe samt lunch. Moms tillkommer. Kursen kan faktureras 2019 eller 2020, efter önskemål.

ANMÄLAN

Skicka din/er **bindande** anmälan till thunstrom.peter@gmail.com **senast 3 november 2019**, du får därefter via e-post besked om du antagits till kursen. Ange namn, yrke, arbetsplats & -adress, mobilnummer, e-post, faktureringsadress, samt ev. särskilda önskemål rörande kost. Vid för litet deltagarantal ställs kursen in.

För mer information, kontakta Peter Thunström, mobil: 0708 - 15 65 16.