

*Inbjudan workshop:*

# FÄRDIGHETERNA I DBT

Linköping 28-29-30 november, 1 december 2022

## **BAKGRUND & SYFTE**

Färdighetsträning som psykiatrisk behandling och/eller som komplement till annan psykiatrisk behandling blir allt vanligare. Dialektisk Beteendeterapi, DBT, har sedan decennier tillbaka färdighetsträning som en viktig del i behandlingen. 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 2022**

Kursen omfattar 4 heldagar. Samtliga dagar börjar 08.30 och slutar 16.30, utom sista dagen som avslutas 16.00:

- Måndag 28 november Färdigheter i medveten närvaro
- Tisdag 29 november Relationsfärdigheter
- Onsdag 30 november Färdigheter i känsloreglering
- Torsdag 1 december Färdigheter i att stå ut när det är svårt & acceptans.

Kursdagarna innehåller genomgångar, praktiska övningar, rollspel, hemuppgifter mm. Kursen är förlagd till Konsert & kongress, Linköping ([www.konsertkongress.se](http://www.konsertkongress.se)). Vi planerar att ge kursen årligen.

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

## **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.psykologkontext.se](http://www.psykologkontext.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)

## **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 11 200 kr. Avgiften inkluderar visst kursmaterial, samt lunch, för- och eftermiddagskaffe. Moms tillkommer. Kursen kan faktureras 2022 eller 2023, efter önskemål.

## **ANMÄLAN**

Skicka din/er **bindande** anmälan senast **den 21 oktober 2022**, du får *därefter* via e-post besked om du antagits till kursen. Vid för litet deltagarantal ställs kursen in, liksom om smittskyddsrekommendationer kräver det.

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.

Märk mejlet i ämnesraden "Färdigheterna Linköping 2022". Tack.

## **INFORMATION**

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

*Varmt välkommen!*