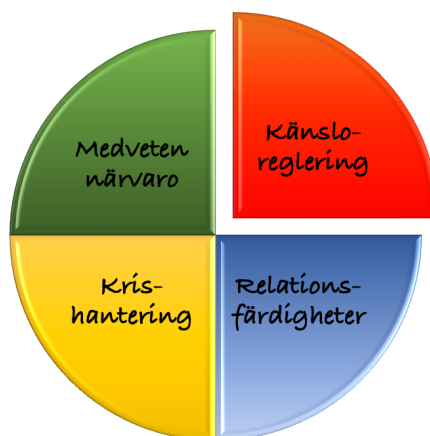


*Inbjudan workshop:*

# FÄRDIGHETERNA I DBT

2-3-4-5 december, 2024

Linköping



---

## 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 DBT-färdigheter. Valda färdigheter belyses, undervisas och övas.

## UPPLÄGG 2024

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

- |                      |  |
|----------------------|--|
| • Måndag 2 december  | Färdigheter i medveten närvaro                         |
| • Tisdag 3 december  | Relationsfärdigheter                                   |
| • Onsdag 4 december  | Färdigheter i känsloreglering                          |
| • Torsdag 5 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.

---

\* För inbjudan till Intensivutbildning, se [www.psykologkontext.se](http://www.psykologkontext.se) eller [www.dbtsverige.se](http://www.dbtsverige.se)

† För inbjudan till färdighetstränarkurs, se [www.psykologkontext.se](http://www.psykologkontext.se) eller [www.dbtsverige.se](http://www.dbtsverige.se)

## 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 bland annat DBT.

## 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 13 600 kr. Avgiften inkluderar visst kursmaterial, samt lunch, för- och eftermiddagskaffe. Moms tillkommer. Kursen kan faktureras 2024 eller 2025, efter önskemål.

## ANMÄLAN

Skicka din/er **bindande** anmälan senast **den 1 november 2024**, 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 (inkl. referensnummer, ID, kostnadsställe o dyl), samt särskilda önskemål rörande kost.

Märk mejlet i ämnesraden "Färdigheterna Linköping 2024". Tack.

## INFORMATION

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

***Varmt välkommen!***