

Intensivutbildning i Dialektisk beteendeterapi, DBT

10 dagar under 2025-2026, i Malmö

Introduktion

Dialektisk beteendeterapi (DBT) är en psykologisk behandling utvecklad för patienter med borderline personlighetssyndrom/emotionellt instabilt personlighetssyndrom. DBT har studerats och implementerats i flera länder över hela världen. DBT har ett växande forskningsstöd allt sedan uppstarten på 80-talet, och tycks nu vara verksamt för en rad problem relaterade till dysreglering av känslor.

Kursinnehåll

Som behandlingsmetod är DBT principstyrd, mångsidig och omfattande. Standardformatet innehåller individualterapi, färdighetsträning, färdighetsgeneralisering (bl a telefonkonsultation), konsultationsteam och arbete med omgivningsfaktorer. Kursens innehåll är valt för att ge deltagarna teorier, begrepp, modeller, kunskaper och färdigheter för att i sin verksamhet kunna ge behandling till personer med komplexa psykiska problem.

Kursupplägg

Kursen omfattar totalt tio dagars teoretisk och praktisk utbildning.

Del 1:

5 heldagar 13—17 oktober 2025.

Del 2:

3 sammanhängande heldagar i april/maj 2026, besked om datum ges under Del 1.

Del 3:

2 sammanhängande heldagar, antingen 14-15 eller 21-22 september, 2026. Besked om datum ges under Del 1.

Under mellantiden har kursdeltagarna *omfattande inläsnings- och fördjupande hemuppgifter* att arbeta med för att dels få bästa möjliga hjälp vid de uppföljande kurstillfällena, dels nå ökad kunskap.

Under del 2 kommer stora delar av undervisning och konsultation att ges på engelska. Vid behov ges hjälp med översättning.

Kursens målgrupp

Professionella som är kliniskt verksamma och som i sin vardag har uppdraget att ge behandling för den aktuella patientgruppen välkomnas. Det kan vara team som vill komma igång och arbeta med Dialektisk Beteendeterapi med emotionellt instabila patienter. Även personer som utbildas för att komplettera befintliga team kan söka.

Då DBT är en utpräglad teambehandling rekommenderas att man utbildar minst två personer, helst fler, om det inte bara gäller att komplettera befintliga team. DBT är, i sin grund, en beteendeterapeutisk behandling. Det är en stor fördel om någon i teamet har Steg 1 eller hellre Steg 2 i KBT. Om man inte har det så är det

viktigt att man har en plan för hur den kompetensen ska tillgodoses.

Utbildningsmål

Målet för utbildningen är att deltagarna ska komma igång och erbjuda DBT-behandling på sina respektive arbetsplatser under utbildningens gång. Utbildningen utgör en gedigen introduktion till DBT. Den förbereder deltagarna för en certifiering, men är i sig otillräcklig för s k adherence. För adherent DBT behöver deltagare arbeta med patienter, filma sessioner och bli skattade av personer som har kompetens att skatta. Verksamheten behöver sannolikt efterföljande handledning liksom kompletterande DBT-baserad utbildning.

Lärare

Alan Fruzzetti, PhD, tidigare nära medarbetare till Marsha Linehan i många år. Han har hållit otaliga DBT-utbildningar i USA, Sverige och andra länder, se även www.centerfordbtandfamilies.com

Anita Linnér, leg psykoterapeut, med mångårig DBT-erfarenhet och kliniskt verksam i DBT-team inom både BUP och VUP. Har givit många olika utbildningar, och handleder inom DBT.

Peter Thunström, leg psykolog, leg psykoterapeut med handledarkompetens och arbete i ett DBT-team inom BUP-klinik. Har också givit många olika utbildningar, och handleder inom bl a DBT.

Kurslitteratur

Följande böcker införskaffas på egen hand, och utgör obligatorisk kurslitteratur:

- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder*.
- Linehan, M. M. (2015). *DBT Skills Training Manual*.

- Linehan, M. M. (2016). *Dialektisk beteendeterapi: arbetsblad för färdighetsträning*.

Anvisningar om ytterligare litteraturkapitel kommer i anslutning till kursupstart.

Plats

Kursen ges på Folk Mat & Möten, i Malmö. Enligt uppgift samarbetar Folk Mat & Möten med närliggande hotell som erbjuder 10% rabatt på logi. Kontakta bokningen på Folk Mat & Möten för mer information.

Se även www.folkmatmoten.se.

Pris

Kursavgiften är 38 000 kr (exkl moms) per person. I kursavgiften ingår lunch, kaffe fm + em, samt handout.

Ytterligare information

För mer information kontakta Anita Linnér, anita.linner@gmail.com, mobil 0768-672167. Anita Linnér KBT AB är kursgivare, Bergsgatan 4B, 211 54 Malmö.

Anmälan

Anmälan är bindande, men kan överlåtas till kollega. Mejla din anmälan till anita.linner@gmail.com, senast

26 september 2025, och ange:

- Namn
- Adress till arbetsplatsen
- Telefonnummer till arbetet och till mobil
- Yrkestitel
- E-postadress
- Faktureringsadress (även s k ID-nummer, referensnummer o likn)
- Uppgift rörande särskild kost, t ex allergi

Märk mejlet "Anmälan DBT-intensiv 2025-2026" i ämnesraden, tack.

Ytterligare DBT-kurser

För inbjudningar till fler DBT-kursersom kompletterar intensivutbildningen, var god se www.dbtsverige.se.