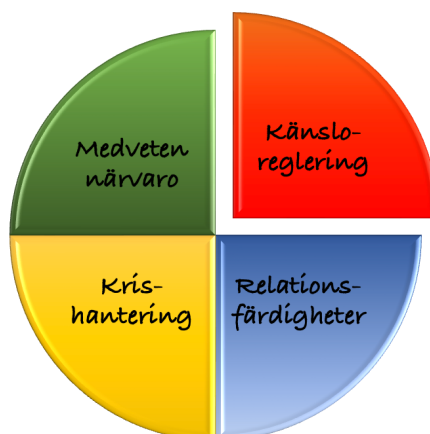


Inbjudan workshop:

FÄRDIGHETERNA I DBT

24-25-26-27 november 2025

Malmö



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 2025

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

- | | |
|-----------------------|--|
| • Måndag 24 november | Färdigheter i medveten närvaro |
| • Tisdag 25 november | Relationsfärdigheter |
| • Onsdag 26 november | Färdigheter i känsloreglering |
| • Torsdag 27 november | Färdigheter i att stå ut när det är svårt & acceptans. |

Kursdagarna innehåller genomgångar, praktiska övningar, rollspel, hemuppgifter mm. Kursen förläggs till FolkMatMöten, i Malmö. Vi planerar att ge kursen årligen.

Kursens innehåll och upplägg hänger väl samman med våra andra kurser, dvs "Intensivutbildning i DBT", och "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 bland annat DBT.

FÖRKUNSKAPER

Inga förkunskaper behövs, men Du är sannolikt bättre förberedd om Du tagit del av *DBT® Skills Training Manual (Second Edition; 2015)* 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 15 600 kr. Avgiften inkluderar visst kursmaterial, samt lunch, för- och eftermiddagskaffe. Moms tillkommer. Kursen kan faktureras 2025 eller 2026, efter önskemål.

ANMÄLAN

Skicka din/er **bindande** anmälan senast **den 24 oktober 2025**, 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

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 2025". Tack.

INFORMATION

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

Varmt välkommen!