

Intensivutbildning i Dialektisk beteendeterapi, DBT

10 dagar under 2026-2027, 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 alltsedan 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, som står i centrum för utbildningen, 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, 9-13 november, 2026.

Del 2:

3 sammanhängande heldagar i april/maj 2027, besked om datum ges under Del 1.

Del 3:

2 sammanhängande heldagar, 27-28 september, 2026.

Övriga kursmoment

Före kursstart förväntas deltagare ha genomgått Nationella självskadeprojektets webutbildning.

Deltagare utan grundläggande psykoterapiutbildning i KBT (steg I) förväntas dessutom ha besvarat instuderingsfrågor gällande "Beteendets ABC: en introduktion till behavioristisk psykoterapi", av Jonas Ramnerö & Niklas Törneke (Studentlitteratur, 2020).

Mellan utbildningstillfällena 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 i gång 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 sk adherence. För adherent DBT behöver deltagare arbeta med patienter, filma sessioner och bli skattade av personer som har kompetens att skatta. Verksamheten behöver högst sannolikt efterföljande handledning liksom kompletterande DBT-baserad utbildning.

Lärare

Anna Demetriades, socionom, leg hälso- och sjukvårdskurator, leg psykoterapeut med handledarkompetens och arbete i ett DBT-team inom både BUP och psykiatri. Har också givit många olika utbildningar, och handleder inom bl a 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.

Alan Fruzzetti, PhD och bl a professor vid Harvard School of Medicine, Boston, USA. Dr Fruzzetti har varit nära medarbetare till Marsha Linehan i många

år och han har hållit otaliga DBT-utbildningar i USA, Sverige och andra länder.

Anita Linnér, leg psykoterapeut, med mångårig DBT-erfarenhet och tidigare kliniskt verksam i DBT-team. Har givit många olika utbildningar, och handleder inom 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*.
- Ramnerö, Jonas; Törneke, Niklas (2020). *Beteendets ABC: en introduktion till behavioristisk psykoterapi*

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 39 900 kr (exkl moms) per person. I kursavgiften ingår lunch, kaffe fm + em, samt handout.

Ytterligare information

För mer information kontakta Peter Thunström, thunstrom.peter@gmail.com, 0708-156516.

Anmälan

Anmälan är bindande, men kan överlåtas till kollega.

Mejla din anmälan till thunstrom.peter@gmail.com, **senast 9 oktober 2026**, och ange:

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

Märk mejlet ”Anmälan DBT-intensiv 2026-2027” i ämnesraden, tack.
Personuppgifter behandlas enligt GDPR.

Slutligt besked om antagning och kursens genomförande ges via mail cirka 4 veckor före kursstart. Vid för litet antal anmälningar ställs kursen in.

Ytterligare DBT-kurser?

För inbjudningar till fler DBT-kurser vars innehåll och upplägg väl kompletterar intensivutbildningen, var god se www.dbtsverige.se.