

Intensivutbildning 5-10 dagar i anpassad Dialektisk beteendeterapi (DBT Skills system)

5 dagar 5-9 oktober 2026, 3 dagar 9-11 november 2026, 2 dagar 4-5 februari 2027, i Malmö

Om kursen

Dialektisk beteendeterapi Skill System (DBT-SS) är en psykologisk behandling eller arbetsmetod för ökad känslohanteringsförmåga riktad till individer med kognitiva svårigheter/funktionsnedsättning (tex intellektuell funktionsnedsättning eller autism). Metoden är från början framtagen för personer med svåra självskadebeteenden och/eller utåtagerande beteenden men har även visat sig hjälpsam vid lindrigare känslomässiga svårigheter.

Syfte

Syftet med utbildningen är att deltagarna ska ha tillräcklig teoretisk och praktisk kunskap för att kunna komma igång och erbjuda DBT-SS på sina respektive arbetsplatser under utbildningens gång.

Målgrupp

Professionella som har i sitt uppdrag att ge psykoterapeutisk behandling till individer med känsloregleringssvårigheter och samtidiga kognitiva svårigheter, eller professionella som har som uppdrag att stötta dessa individer i deras vardag. Det kan vara team som vill komma igång och arbeta med DBT-SS för klienter med kognitiva svårigheter, DBT-team som vill utöka sin verksamhet med ett DBT-SS spår, LSS-verksamheter, socialpsykiatri, behandlingshem som vill implementera delar av DBT-SS i sina verksamheter eller personer som utbildas för att komplettera befintliga team.

Kursens mål

Efter avslutad kurs förväntas deltagaren kunna:

- De teoretiska grunderna för DBT-SS.
- Behandlingens upplägg och innehåll.
- Tillämpa det terapeutiska förhållningssättet i DBT-SS.
- Bedöma och anpassa interventioner utifrån kognitiv belastning.
- Tillämpa DBT-specifika strategier för att orientera en individ till DBT-SS.
- Tillämpa principer för att arbeta praktiskt med metodens olika delar (t.ex målhierarki, sessionsstruktur i individualterapi respektive färdighetsträning i grupp, veckokort, kedjeanalys, öva och coacha färdigheter, avgöra och anpassa sig efter kognitiv belastning, individanpassade hemuppgifter samt arbete med team och behandlingsmål)
- Leda färdighetsträning i grupp enligt DBT-SS, hantera problembeteenden i färdighetsträningen samt coacha färdigheter
- Använda DBT-specifika strategier och egna färdigheter för att hålla klienten engagerad och fullfölja insatsen.

- Principerna kring att arbeta i ett konsultationsteam.
- Upprätta en individuell plan för generalisering och coachning av färdigheter till klienten och dess omgivning.
- Föreslå sätt att implementera och anpassa DBT-SS till den egna verksamheten, reflektera över anpassningar av metoden beroende på var den ska tillämpas.

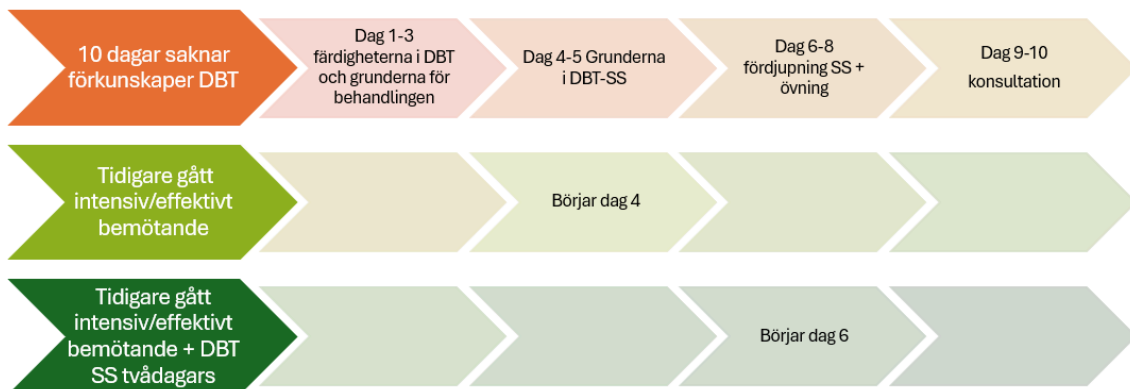
Kursens upplägg

Kursen är uppdelad i tre delar, för att deltagare med olika mycket förkunskaper ska kunna hoppa in i kursen utifrån sin kunskap. Kursen är också upplagd för att kunna passa både för deltagare som ska ge den fulla psykoterapeutiska behandlingen DBT-SS inom ramen för psykiatri eller behandlingshem, samt för deltagare som i sitt arbete kommer att utgå från metoden för att till exempel starta upp en färdighetsträningsgrupp för ökad känsloregleringsförmåga för brukare på exempelvis LSS-boende.

10 dagar för dig som saknar förkunskap i DBT

7 dagar för dig som redan gått DBT Intensive 10 dagar (avser deltagare som i sin verksamhet ska ge den fulla behandlingen DBT-SS) *eller* som redan gått 4 dagarsutbildningen Effektivt Bemötande (avser deltagare som i sin verksamhet kommer att utgå från metoden men inte ge den fulla behandlingen).

5 dagar för dig som redan gått DBT Intensive 10 dagar och 2-dagarsutbildningen i DBT-SS hos Psykologpartners (avser deltagare som i sin verksamhet ska ge den fulla behandlingen DBT-SS) eller du som redan gått 4 dagars Effektivt Bemötande och 2-dagarsutbildningen i DBT-SS (avser deltagare som i sin verksamhet kommer att utgå från metoden men inte ge den fulla behandlingen).



Innehåll

Dag 1-3: DBT - grundläggande teori, strategier och färdigheter

Dag 4-5: Grunderna i DBT-SS, en anpassad utveckling av DBT för individer med kognitiva svårigheter

Dag 6-8: Fördjupning i DBT-SS, praktiska övningar och att utbilda nätverk

Dag 9-10: Konsultation och övning utifrån egna ärenden

Lärare/föreläsare

Anneli Carnelid, leg psykolog

Alexandra Rosendahl Santillo, leg psykolog, leg psykoterapeut, specialist psykologisk behandling och psykoterapi

Anita Linnér, leg psykoterapeut

Litteratur

- Brown, Julie (2019) *Emotion Regulation Skills System for Cognitively Challenged Clients. A DBT-Informed Approach*
- Bühler, Maria (2024) *Att möta autister i vården: en guide för neurotypiker*
- Kåver, Anna & Nilsson, Åsa (2002) *Dialektisk beteendeterapi vid emotionellt instabil personlighetsstörning*
- Rosendahl Santillo, Alexandra (2022) *DBT SS färdighetsträning: känslohantering vid kognitiva svårigheter*

Tid och plats

Dag 1-5: 5-9/10 2026

Dag 6-8: 9-11/11 2026

Dag 9-10: 4-5/2 2027

Kursen hålls på Folk Mat & Möten, Nobeltorget, Malmö. Frukost, lunch och eftermiddagsfika ingår. Boende och resa bekostas av deltagaren. Folk Mat & Möten har samarbetsavtal med närliggande hotell som erbjuder 10% rabatt på logi. Kontakta bokningen på Folk Mat & Möten för mer information. Se även www.folkmatmoten.se.

Pris (exkl moms)

10 dagar 35 000 kr; 7 dagar 24 500 kr; 5 dagar 17 000 kr. Inklusivt frukost, lunch och fika.

Anmälan

Anmälan är bindande men inte personlig, kan alltså överlåtas till en kollega.

Mejla din anmälan till anita.linner@gmail.com, senast 7/9 2026. **Glöm ej ange vilken version av utbildningen du vill gå (alltså 10, 7 eller 5 dagar)**. Följande behöver information behöver ingå i din anmälan:

- Namn
- Adress till arbetsplatsen
- Telefonnummer till arbetet och till mobil
- Yrkestitel
- E-postadress
- Faktureringsadress (även s k ID-nummer, referensnummer o likn)
- Eventuella kostpreferenser

Frågor

Ring eller skicka ett e-mail till anita.linner@gmail.com, 0768 672167.