

Missbruksbehandling med KBT

Under utbildningen lär du dig att kartlägga, utreda och behandla riskbruk, beroende, missbruk och relaterade problemområden. Du får öva på de praktiska verktyg som är nödvändiga för att komma framåt i utredning och behandling. Återfallspreventionen är en viktig del, vilket vi också går igenom under utbildningen. Genom att öva dig i dessa praktiska delar kan du på bästa sätt hjälpa de du möter i ditt arbete.

Utbildningens olika delar

- Tillämpad beteendeanalys
- Inlärningspsykologi
- Neurologisk känslighet och uppkomst
- Tidiga tecken
- Utredning, samtalsmetodik och grunder inom motiverade samtal
- Behandling med KBT
- Återfallsprevention och uppföljning

Längd: 6 dagar på distans

Pris: 11 900 kr inkl. moms

Lärare: Johan Waara

Dag 1. Grunder TBA & KBT - grunder

Kursmål: Ge deltagarna en grundläggande förståelse för Tillämpad Beteendeanalys (TBA) och Kognitiv Beteendeterapi (KBT) och deras tillämpning i missbruksbehandling.

Lärandemål:

- Förklara de grundläggande begreppen inom TBA och KBT samt deras användning vid behandling av missbruk.
- Identifiera de psykologiska processer som styr beroende och missbruk, såsom genetik och miljöfaktorer.
- Tillämpa grundläggande KBT-tekniker för att förändra negativa tankar och beteenden kopplade till missbruk.
- Förstå hur beteendeanalys kan användas för att identifiera och förändra maladaptiva beteendemönster.

Dag 2. Behandlingsverktyg - grunder

Kursmål: Introducera och förklara grundläggande behandlingsverktyg som används i KBT för att behandla missbruk.

Lärandemål:

- Tillämpa KBT-verktyg som kognitiv omstrukturering och beteendeaktivering för att hjälpa klienter att identifiera och förändra destruktiva tankemönster och beteenden.
- Förstå hur verktyg som självhjälptekniker, hemuppgifter och målsättning kan användas för att underlätta förändring i missbruk.
- Genomföra grundläggande övningar för att hjälpa klienter att bygga medvetenhet kring sina egna tankar, känslor och handlingar.
- Använda effektiva verktyg för att främja ökat självförtroende och förmågan att hantera triggers för missbruk.

Dag 3. Samtal, allians & utredning – motivationsarbete, mötet och kartläggning

Kursmål: Ge deltagarna kunskap om hur man bygger en terapeutisk allians och genomför motivationsarbete samt kartlägger missbrukets omfattning.

Lärandemål:

- Skapa och upprätthålla en stark terapeutisk allians med klienten genom empatisk lyssning och bekräftelse.
- Tillämpa motivationssamtal (MI) för att öka klientens vilja att förändras och engagera sig i behandlingen.
- Genomföra en grundläggande kartläggning av klientens missbruk, identifiera specifika riskfaktorer och symtom som påverkar beteendet.
- Använda KBT och MI för att utforska klientens motivation och förväntningar, samt för att skapa en plan för behandling.

Dag 4. Behandling - åtgärder

Kursmål: Ge deltagarna verktyg för att genomföra effektiva behandlingsåtgärder för att behandla missbruk genom KBT.

Lärandemål:

- Tillämpa KBT-tekniker för att förändra specifika missbrukande beteenden, inklusive att minska behovet och hantera återkommande triggers.
- Använda kognitiv omstrukturering för att hjälpa klienter att identifiera och förändra negativa tankar som upprätthåller missbruket.
- Utveckla strategier för att hjälpa klienter att bygga positiva vanor och öka engagemanget i behandlingen.
- Skapa handlingsplaner med specifika, mätbara mål som hjälper klienten att arbeta mot abstinens och långsiktig återhämtning.

Dag 5. Behandling - fler åtgärder

Kursmål: Fördjupa och ge fler KBT-baserade åtgärder för att behandla missbruk.

Lärandemål:

- Använda avancerade KBT-tekniker som exponering för att hjälpa klienter att hantera och övervinna sina rädslor och ångest kopplade till missbruket.
- Lär dig att anpassa behandlingens fokus beroende på missbrukets svårighetsgrad och samsjuklighet (t.ex. ångest, depression).
- Implementera tekniker som en del av behandlingen för att minska stress och hantera triggers.
- Förstå och tillämpa metoder för att arbeta med klientens sociala och miljömässiga faktorer för att skapa hållbara förändringar.

Dag 6. Återfallsprevention - fortsatt framåt

Kursmål: Ge deltagarna verktyg för att arbeta med återfallsprevention och säkerställa långsiktig framgång i behandlingen.

Lärandemål:

- Förstå de vanligaste orsakerna till återfall och tillämpa strategier för att förebygga dem, såsom att identifiera riskfaktorer och triggers.
- Skapa en återfallspreventionsplan för klienten som inkluderar konkreta tekniker för att hantera situationer som kan leda till återfall.
- Använda KBT för att stärka klientens hanteringsstrategier och självkontroll samt för att hantera stress och andra faktorer som kan trigga återfall.

Genomföra uppföljningssamtal för att säkerställa att klienten bibehåller långsiktiga förändringar och hanterar nya utmaningar.



Om läraren Johan Waara

Utbildningen leds av Johan Waara, leg. psykolog och universitetslärare, som har utbildat på Sverigehälsan sedan 2006. Johan arbetar också vid Uppsala universitet på flera olika utbildningar med särskilt fokus på personal, ledarskap och kommunikation.

Om Sverigehälsan

Sedan 25 år tillbaka erbjuder vi yrkesutbildningar via YH (Yrkeshögskolan), kompetensutveckling för yrkesverksamma och uppdragsutbildning för verksamheter och företag. Vi är störst i Sverige på KBT-utbildningar och du hittar oss i Malmö, Stockholm, Halmstad och Göteborg.

Kontakt

Växel: 040-698 60 00

E-post: info@sverigehalsan.se

Webb: www.sverigehalsan.se

Adress: Nils Forsbergs Plats 3, Malmö

Följ oss på: @sverigehalsan