



## Litteratur för Ettårig KBT-utbildning

---

### Att läsa inför kursstart samt löpande under utbildningen

Beteendeanalys: grunden i KBT

*Linton, Steven James och Flink, Ida (Natur och Kultur)*

12 verktyg i KBT

*Linton, Steven James och Flink, Ida (Natur och Kultur)*

\*Båda dessa böcker finns i äldre upplagor som fungerar utmärkt.

---

### Övrig obligatorisk litteratur under utbildningen

Samtalsfärdigheter - stöd, vägledning och ledarskap

*Rautalinko, Erik                      Liber*

\*Boken om samtal kommer vi arbeta med under block 2.

\*\*Även denna bok finns i äldre upplagor som fungerar utmärkt.

KBT inom psykiatri

*Öst, Lars-Göran Natur och Kultur*

Så här läser du boken "KBT inom psykiatri":

- Kapitel 1–3 + 20–21 grunderna inom KBT och dessa bör du försöka läsa så tidigt som möjligt.
  - Kapitel 4–8 läser du inför block 3 då vi kommer fördjupa oss i ångest.
  - Kapitel 10 läser du inför block 4 och då depressionsdagen.
  - Kapitel 14 läser du inför stressdagen som också den är en del av block 4.
  - Kapitel 13 läser ni inför block 5 och ätstörningsdagen.
  - Kapitel 9 + 17–18 läser du inför block 6 som handlar om beroende och PTSD.
  - Kapitel 11, 12, 15, 16 och 19 kan du se som rekommenderad läsning.
- 

### Övriga lästips

Beteendeanalys i organisationer: Handbok i OBM

KBT i utveckling

Social ångest

Ingen panik : fri från panik- och ångestattacker

Att förstå och påverka beteendeproblem

Tvångssyndrom

Stress- och utmattningsproblem

Samtalsterapi: språket som kur och krämpa

Motiverande samtal: Att hjälpa människor till förändring

Olofsson, Rolf

Kåver, Anna

Kåver, Anna

Carlbring, Per

Wadström Olle

Wadström, Olle

Almén, Niclas

Törneke, N & Ramnerö, J

Miller, W & Rollnick, S

(Natur och Kultur)

(Natur och Kultur)

(Natur och Kultur)

(Natur och Kultur)

(Psykologinsats)

(Psykologinsats)

(Studentlitteratur)

(Natur och Kultur)

(Natur och Kultur)