SVERIGEHÄLSAN

Sverigehälsan för verksamheter:

F-KBT – fördjupning och handledning

F-KBT – familjebehandling med KBT – fördjupning och handledning är en påbyggnad för arbetsgrupper som tidigare har genomfört grundutbildningen i F-KBT. Syftet är att vidmakthålla och fördjupa kunskaperna från utbildningen samt ge stöd i att omsätta F-KBT i det praktiska behandlingsarbetet.

Påbyggnaden kombinerar utbildning, repetition, praktisk tillämpning och handledning. Arbetet utgår från de modeller och tekniker som deltagarna tidigare har utbildats i och kopplar dessa till aktuella ärenden från den egna verksamheten.

Målgrupp

Påbyggnadsutbildningen riktar sig till arbetsgrupper och verksamheter som arbetar med barn, ungdomar och familjer och som tidigare har genomfört grundutbildningen i F-KBT. Den passar särskilt verksamheter där deltagarna använder, eller har möjlighet att använda, F-KBT i sitt löpande arbete och där det finns ett behov av fortsatt stöd för att utveckla och vidmakthålla arbetssättet.

Förkunskapskrav

- För deltagande krävs att gruppen tidigare har genomfört grundutbildningen i F-KBT – Familjebehandling med KBT.
- Eftersom påbyggnaden utgår från deltagarnas praktiska arbete behöver deltagarna också ha möjlighet att arbeta med F-KBT mellan träffarna och ta med aktuella ärenden och frågeställningar till handledningen.

Upplägg

Gruppen träffas digitalt via Zoom cirka en gång per månad. Varje tillfälle omfattar cirka två timmar. Varje träff innehåller två integrerade delar:

- Fördjupning och repetition
  Centrala delar av F-KBT repeteras och fördjupas. Fokus ligger framför allt på hur olika modeller och behandlingstekniker används i praktiken, vanliga svårigheter vid genomförandet samt hur insatser kan anpassas och utvecklas.

- Handledning och tillämpning
  Deltagarna tar med aktuella ärenden och frågeställningar från den egna verksamheten. Ärendena används för att tillsammans analysera problem, diskutera val av insatser och arbeta konkret med hur F-KBT tekniker kan användas.

Utbildning och handledning vävs samman. Ett ärende kan exempelvis aktualisera behov av repetition av en viss teknik, samtidigt som genomgången av en teknik kan användas för att analysera och utveckla arbetet i flera av gruppens aktuella ärenden.

SVERIGEHÄLSAN

Syfte

Påbyggnaden syftar till att deltagarna ska utveckla en större säkerhet och självständighet i användningen av F-KBT. Fokus flyttas från grundläggande kunskap om modeller och tekniker till att kunna välja, tillämpa, anpassa och följa upp insatser utifrån familjens aktuella problem och förutsättningar.

Den återkommande formen skapar också möjlighet att följa behandlingsarbete över tid. Insatser som diskuterats vid ett tillfälle kan prövas i praktiken och sedan följas upp, utvärderas och vid behov justeras vid kommande träffar.

Innehåll

Innehållet anpassas efter gruppens behov och de ärenden som aktualiseras. Exempel på områden som kan återkomma är:

- funktionell analys och beteendeanalys
- problemägarskap och prioritering av problem
- EO–SORK–MLE
- 4R – Ramar, Regler, Riktning och Rimlighet
- målformulering och uppföljning
- struktur och rutiner i vardagen
- tydliga instruktioner och hemuppgifter
- förstärkning och beröm
- gränssättning samt markerande och korrigerande samtal
- beteendeaktivering och exponering
- problemlösning
- empatiskt möte och aktivt lyssnande
- acceptans
- konflikthantering
- återfallsprevention

Tyngdpunkten ligger inte på att gå igenom grundutbildningen på nytt, utan på att fördjupa förståelsen och öka färdigheten i att använda innehållet i verkliga behandlingssituationer.

Från utbildning till praktisk färdighet

Grundutbildningen ger deltagarna modeller, principer och konkreta verktyg för familjebehandling. Påbyggnaden skapar förutsättningar för att dessa kunskaper ska vidmakthållas, utvecklas och bli en naturlig del av det praktiska arbetet.

Genom att återkommande kombinera kunskapsfördjupning med handledning i verkliga ärenden får deltagarna möjlighet att gå från att känna till en teknik till att kunna avgöra när den bör användas, hur den ska genomföras och om den faktiskt leder till önskad förändring.

Påbyggnaden kan genomföras under en kortare eller längre period utifrån verksamhetens och arbetsgruppens behov.

SVERIGEHÄLSAN

Utbildare

Johan Waara är legitimerad psykolog och har tidigare arbetat som bland annat skolpsykolog och på BUP. Han undervisar nu vid Uppsala universitet på flera utbildningar med fokus på kommunikation. Parallellt med universitetsarbetet är han utbildare och handledare hos Sverigehälsan.

Lärandemål

Efter genomförd påbyggnad ska deltagaren ha fördjupat sin förmåga att:

- genomföra funktionella analyser av problem och beteenden i familjen
- identifiera problemägarskap och prioritera relevanta behandlingsområden
- välja F-KBT-tekniker utifrån analys och behandlingsmål
- motivera varför en viss insats eller teknik används
- tillämpa och anpassa F-KBT tekniker till olika familjer och situationer
- identifiera hinder när en planerad insats inte får avsedd effekt
- använda uppföljning för att bedöma om behandlingen utvecklas i önskad riktning
- justera insatser utifrån resultat och ny information
- reflektera över det egna behandlingsarbetet och utveckla alternativa handlingssätt
- använda F-KBT mer självständigt och systematiskt i det löpande arbetet.



Är du nyfiken på hur vi kan hjälpa er verksamhet?

Varmt välkommen att kontakta Peter Stjernfeldt, VD Sverigehälsan, peter.stjernfeldt@sverigehalsan.se eller 040-698 6001.

Sedan 30 år tillbaka är vi ett av Sveriges ledande kunskapsföretag. Vi erbjuder yrkesutbildning inom Yrkeshögskolan (YH), kompetensutveckling för yrkesverksamma och uppdragsutbildning för verksamheter och företag. Vi är även störst i Sverige på KBT-utbildningar. Läs mer och se hela vårt utbud av utbildningar på sverigehalsan.se