

DBT-utdanningen Opptakskrav & informasjon

Generelle opptakskrav

For opptak til DBT-utdanningen kreves kompetansen i punkt 1) eller 2) nedenfor:

1. Lege- eller psykologutdanning og minimum to års klinisk erfaring
2. Treårig helse- eller sosialfaglig høyskoleutdanning med klinisk spesialistgodkjenning og/eller videreutdanning i psykisk helsearbeid/barn og unges psykiske helse

Iblant kan mindre unntak gjøres etter en individuell kompetansevurdering av team og enkeltbehandlere.

I tillegg til kompetansekravet, kreves det at utdanningskandidater under utdanningen vil arbeide klinisk med pasienter som tilhører målgruppene for DBT.

Tilleggskrav, Standard DBT-utdanning (nye team og suppleringsteam) – Deltar på Del 1 og Del 2

DBT forutsetter at terapeuter samarbeider i konsultasjonsteam som møtes ukentlig. Utdanningen tar vanligvis derfor opp hele behandlerteam til Standard DBT-utdanning. Slike team må bestå av minimum tre, og helst fire, behandlere. Minimum 50 % av teammedlemmene må ha profesjonsutdanning som lege eller psykolog. Et av teammedlemmene må utpekes som teamleder. Kandidatene i teamet får kursbevis og blir ansett som DBT-terapeuter dersom de i tillegg til deltagelse på undervisningen utfører nærmere angitte hjemmeoppgaver og består hjemmeeksamen. Dersom minimum 3 kandidater i teamet består denne eksamenen er teamet å anse som et DBT-team. Hjemmeoppgaver/-eksamen leveres inn under utdanningens del II.

Tilleggskrav, Suppleringskandidat-utdanningen – Deltar kun på Del 1

Etablerte DBT-team kan søke om opptak av nye kandidater på Suppleringskandidat-utdanningen. Suppleringskandidater deltar i undervisningen til DBT-utdanningens del I eller på spesielt tilrettelagt suppleringskandidat undervisning. Kandidaten(e) får kursbevis og blir ansett som suppleringskandidat i DBT dersom de i tillegg til undervisningen utfører nærmere angitte hjemmeoppgaver og består hjemmeeksamen innen 3 måneder etter siste undervisningsdag, dato gis. For slik godkjenning kreves at suppleringskandidaten(e) får utpekt en veileder fra DBT-teamet sitt så snart vedkommende starter DBT-utdanningen. Veileders oppgave er å følge opp kandidaten(e) både i forkant av, underveis og i 6 måneder etter avsluttet utdanning.

For at en kandidat skal godkjennes som suppleringskandidat må vedkommende tilhøre et etablert DBT-team som kan dokumentere at det har tilstrekkelig kompetanse gjennom den utdannelsen eksisterende teammedlemmer har mottatt (se søknadsskjema for detaljer).

Følgende krav gjelder:

- teamet må ha 2 DBT-terapeuter som har Standard DBT-utdanning (både Del 1 og Del 2).

- det kan maksimalt søkes inn 4 suppleringskandidater pr gang fra samme team.
- de som skal veilede suppleringskandidater må ha gjennomført og bestått Standard DBT-utdanning.

Tilleggskrav, Suppleringsteam-utdanningen

- Etablerte DBT-team som ønsker å utdanne flere enn to suppleringskandidater, kan søke sine kandidater opptatt til Standard DBT-utdanningen som såkalt Suppleringsteam, dvs. team som skal inn i eksisterende team. Et av medlemmene i suppleringsteamet må da utpekes som teamleder i utdanningsprosessen. Kandidatene i teamet får kursbevis og blir ansett som DBT-terapeuter dersom de i tillegg til undervisningen utfører nærmere angitte hjemmeoppgaver og består hjemmeeksamen. Hjemmeoppgaver/-eksamen leveres inn under utdanningens del II. Teamet må ha 2 DBT-terapeuter som har «Standard DBT-utdanning».

Generelt

- Det er løpende opptak til utdanningen, men opptaket skjer etter en kvotefordeling etter de tre kategoriene ovenfor.
- Undervisningsspråket er norsk.

DBT som behandlingsform forutsetter at terapeuter samarbeider i team. Hvert team må bestå av minimum tre behandlere, og en av dem leder teamet.

I første undervisningsuke benyttes forelesninger, video og smågruppe-øvelser til grundig læring av DBT-teori og behandlingsstrategier. Undervisningen bygger på at deltagerne allerede i forkant av utdanningen har lest relevant litteratur (se litteraturoversikt). Det forutsettes også at deltagerne har lagt til rette for å kunne være til stede i alle undervisningstimene.

Om utdanningsløpet

I perioden mellom undervisningsukene (Del 1 og Del 2) skal det enkelte DBT-team under utdanning utforme og implementere et fullstendig DBT-tilbud. Implementeringen fortsetter under veiledning frem til hele utdannelsen offisielt avrundes ett år etter oppstart av første undervisningsuke. Erfaringen med å drive et DBT-tilbud som inkluderer alle DBTs funksjoner er viktig for å ha fått en skikkelig opplæring i DBT, selv om behandlingsstedet eventuelt ikke kommer til å velge å opprettholde alle funksjoner og modaliteter i all fremtid. Teamet skal i denne perioden også forberede muntlig og skriftlig presentasjon av sitt behandlingsopplegg samt et kasus de har arbeidet med. I tillegg skal en skriftlig hjemmeeksamen gjennomføres. En gang pr. måned i 12 måneder fra oppstart av første undervisningsuke vil DBT-teamene som tar Standard DBT-utdanning, få veiledning pr. telefon fra en av DBT-lærerne. Mange har erfart at slik veiledning har vært til stor hjelp i etableringen og implementeringen av DBT i klinikken. NSSF tilbyr videre veiledning også etter avsluttet utdanning.

I andre undervisningsuke (Del 2) presenterer hvert team sitt DBT-program, inklusive eventuelle tilpasninger og protokoller for spesifikke pasientpopulasjoner og et pasientkasus. Teamene får tilbakemeldinger/konsultasjon på problemstillinger og tips om hvordan de kan videreutvikle både programmet og konkrete behandlingsløp.

Målsetting

Ved gjennomført utdanning skal deltakerne være kvalifisert til å tilby DBT-behandling og implementere et DBT-program i klinikk.

Godkjenning av utdanningen

DBT-utdanningen har hittil hatt følgende godkjenninger for timer som kan inngå i spesialistutdanningen og timer til vedlikeholds aktivitet for spesialister. Tilsvarende godkjenninger er søkt for 2016 kullet;

Den norske legeforening:

Standard DBT-utdanning:

Allmennmedisin: 60 valgfrie kurspoeng til videre- og etterutdanningen.

Barne- og ungdomspsykiatri: 82 timer for spesialistenes etterutdanning.

Psykiatri: 82 timer for spesialistenes etterutdanning.

Suppleringskandidat-utdanningen:

Allmennmedisin: 41 valgfrie kurspoeng til videre- og etterutdanningen.

Barne- og ungdomspsykiatri: 41 timer for spesialistenes etterutdanning.

Psykiatri: 41 timer for spesialistenes etterutdanning.

Norsk Psykologforening:

Standard DBT-utdanning: 72 timers vedlikeholds aktivitet.

Suppleringskandidat-utdanningen: 41 timers vedlikeholds aktivitet.

Norsk Sykepleierforbund:

Standard DBT-utdanning og suppleringskandidat-utdanningen:

Godkjent som meritterende for godkjenning til klinisk spesialist i sykepleie/spesial sykepleie med totalt 30 timer.

Utdanningsavgift

Standard DBT-utdanning koster kr. 30.000,- pr. person som dekker undervisning, teamveiledning pr. telefon, opplæringsmateriale, lunsj og studieadministrasjon. Avgiften dekker ikke deltakernes reise- og oppholdsutgifter eller pensumlitteratur.

Suppleringskandidat-utdanning: kr. 20.000,- pr. person. Dette inkluderer ikke veiledning.

Litteratur

Obligatorisk litteratur:

Linehan, M. M. (2015). DBT Skills Training Manual. Second Edition. New York: Guilford Press

Linehan, M. M. (2015). DBT Skills Training Handout and Worksheets. Second Edition. New York: Guilford Press. Norsk digital versjon av denne må også bestilles, bestill på www.dbt.no

Linehan, M. M. (1993). Cognitive Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder. New York: Guilford Press

Pryor, Karen (2002). Ikke skyt hunden. En innføring i praktisk læringspsykologi. Canis forlag. Det blir nok ikke flere opplag på norsk, så kjøp den på engelsk her: <http://www.adlibris.com/no/bok/dont-shoot-the-dog-9780553380392>

Dimeff, L. Koerner, K. (2007). Dialectical Behavior Therapy in Clinical Practice: Application across Disorders and Settings. New York: Guilford Press.

Ramnero, J. Torneke (2008). The ABCs of human behavior. Oakland, CA: New Harbinger Publications.

I tillegg - for de som jobber med barn og ungdom:

Rathus, J.H. Miller, A.L (2014). DBT Skills Manual for Adolescents. New York: Guilford Press.

Norsk digital versjon av denne må også bestilles, bestill på www.dbt.no

Miller, A. m.fl. (2006). Dialectical Behavior Therapy with Suicidal Adolescence. Guilford Press

Linehans Skills Training Manual må leses før oppstart. Den andre boken til Linehan er tyngre å komme igjennom. Man trenger ikke å lese hele før oppstart, men noe må være lest. Det vil underveis i utdanningen tilkomme ytterligere litteratur.

Anbefalt litteratur:

Koerner, K. (2011). Doing Dialectical Behavior Therapy: A practical Guide. New York: Guilford

Swales, Michaela A. Heard, Heidi (2009). Dialectical Behavior Therapy. Routeledge.

Berge, T. Repål, A. (2008). Håndbok i kognitiv terapi. Gyldendal.

Anbefalte artikler (ligger på dbt.no):

Mehlum, L. m.fl. Dialektisk atferdsterapi for ungdommer med gjentatt suicidal og selvskadende atferd – en randomisert kontrollert undersøkelse.

Haga, E. m.fl. Økonomisk evaluering av behandling for ungdom med villet egenskade – hvorfor og hvordan?

Tørmoen, A. m.fl. Feasibility of Dialectical Behavior Therapy with Suicidal and Self-harming Adolescents with Multi-problems: Training, Adherence and Retention. Arch Suicide Res. 2014 May 19. (Epub ahead of print).

Det kan tilkomme mer på litteraturlisten, også etter oppstart på utdanningen!

Ansatte ved NSSF tilknyttet utdanningsprogrammet i DBT:

Anita Johanna Tørmoen

E-post: a.j.tormoen@medisin.uio.no

Leder

Ina Bekkevold-Jernberg

Tlf: 977 94 824

E-post: ina.bekkevold@medisin.uio.no

Utdanningskoordinator

DBT-lærere

Utdanningsprogrammet i DBT ved NSSF har tre norske DBT-lærere, disse er også veiledere:



Lars Mehlum, professor dr.med., leder av NSSF

er professor i psykiatri og leder av Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging. Han er spesialist i psykiatri og har hatt en rekke ledende stillinger og verv innen klinisk psykiatri, selvmordsforebygging og psykiatrisk forskning. Han har publisert om lag 200 vitenskapelige arbeider samt flere bøker og har mottatt flere norske og internasjonale priser for sitt arbeid. Han har vært president for the International Association for Suicide Prevention og er for tiden president-elect for the European Society for the Study of

Personality Disorders. Han er godkjent DBT-terapeut og grunnla utdanningsprogrammet i DBT i Norge. Han ledet den omfattende studien av effekten av Dialektisk atferdsterapi tilpasset for ungdom, og samarbeider aktivt med Marsha Linehans gruppe ved University of Washington i Seattle, samt med en rekke forskere på DBT og Ustabil Personlighetsforstyrrelse i Europa og USA. Mehlum har lang erfaring som lærer og veileder for studenter og klinikere gjennom mange år, og har i flere år holdt DBT-seminarer i inn- og utland. [Les mer om Lars](#)



Erlend Mork, førsteamanuensis, PhD

Erlend er spesialist i klinisk psykologi og førsteamanuensis ved Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging ved Universitet i Oslo. Han har bl.a. arbeidet som psykolog ved Vinderen DPS, Diakonhjemmet sykehus og på Akuttavdeling ved Oslo universitetssykehus. Erlend Mork ble utdannet som DBT-terapeut i 2007 og har de siste årene engasjert seg i arbeidet med opplæring og veiledning av DBT-team. Han har en omfattende undervisningsvirksomhet innen klinisk suicidologi og ledet i 2012

arbeidsgruppen som utarbeidet utkast til Handlingsplan for forebygging av selvskading og selvmord i Norge. Hans forskning retter seg primært mot selvmordsatferd og selvskading blant personer med alvorlig psykisk lidelse. [Les mer om Erlend](#)



Anita Johanna Tørmoen, førsteamanuensis, PhD

Anita er førsteamanuensis og DBT-lærer ved Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging (NSSF). Hun har vært DBT-terapeut siden 2007, og er godkjent DBT-lærer/veileder ved NSSF. Anita J. Tørmoen er også tilknyttet Oslo universitetssykehus som DBT-terapeut. Hun er spesialist i pedagogisk-psykologisk rådgivning/cand.paed og har to års etterutdanning i nevropsykiatri ved R- BUP, samt fullført utdanningsprogrammet for

barnefaglig sakkyndige. Hun har publisert flere artikler om ungdom, selvskading og DBT. [Les mer om Anita](#)

Eksterne veiledere ved DBT i Norge:

Psykiater Heidi Bjørnerem

Psykolog Kristin Espenes

Psykologspesialist Gjertrud Kvalstad

Lærersammensetningen kan bli justert.