

## Om utdanningsløpet

Ett av teammedlemmene utpekes på forhånd som teamleder, i suppleringssteam utpekes en teamleder for utdanningsprosessen.

Det er forventet at alle deltakere har lest seg opp på utvalgte deler av den obligatoriske litteraturen i forkant av undervisningsstart (se litteraturliste på neste side). Det forutsettes også at deltagerne har lagt til rette for å kunne være til stede i alle undervisningstimene, DBT-utdanningen operer med en fraværsgrænse på maksimalt 10% for godkjenning.

I første undervisningsuke (del 1) benyttes ulike undervisningsformer (forelesninger, video, øvelser ol) for grundig læring av DBT-teori og behandlingsstrategier.

Etter del 1 er suppleringskandidater ferdig med sin undervisning, og skal så gjennomføre et sett med hjemmeoppgaver og en hjemmeeksamen som skal leveres inn elektronisk.

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. Erfaring med å drive et fullstendig DBT-tilbud, inkludert alle DBTs funksjoner, er viktig for å få 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 behandlingsprogram samt et kasus de har arbeidet med. I tillegg skal en skriftlig hjemmeeksamen gjennomføres. Suppleringssteam skal også forberede presentasjoner av både behandlingsprogram og et utvalgt kasus, samt levere inn eksamen. En gang pr. måned i 12 måneder fra oppstart av første undervisningsuke vil nye DBT-team få veiledning pr. telefon eller video fra en av DBT-veilederne. 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.

Kandidaten(e) får kursbevis og blir ansett som DBT-terapeuter dersom de deltar på undervisningen, fullfører nærmere angitte hjemmeoppgaver og består hjemmeeksamen.

## Litteratur

Det forventes at alle har lest seg opp på obligatorisk litteratur i forkant av første samling (del 1). Det er mye pensum, så det anbefales derfor at man starter å jobbe med litteraturen snarest mulig.

### Obligatorisk litteratur – må leses FØR første undervisningsuke:

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

Linehan, M. M. (2020). *DBT ferdighetstrening, faktaark og arbeidsark*. Oslo: Gyldendal

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

### 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.

### Ytterligere obligatorisk litteratur:

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

Koerner, K. & Linehan, M.M. (1997). Case formulation in dialectical behavior therapy for borderline personality disorder. In T. Eells (Ed.) *Handbook of Psychotherapy Case Formulation* (pp. 340-367). Guilford Press.

Pryor, Karen (2002). *Don't shoot the dog. The new art of teaching and training*. Interpet publishing. ISBN/EAN: 9781860542381

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

Sayrs, J. H. R., & Linehan, M. M. (2019) *DBT teams: development and practice*. New York: The Guilford Press.

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

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

### Anbefalt litteratur:

Abramowitz, J. S., Deacon, B. J., & Whiteside, S. P. H. (2019). *Exposure therapy for anxiety: principles and practice* (2nd ed.). New York: The Guilford Press.

Aitken, R. (1982). *Taking the Path of Zen*. San Francisco: North Point Press.

Barlow, D. H. (Ed.) (2007). *Clinical handbook of psychological disorders* (5<sup>th</sup> ed.). New York: The Guilford Press.

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

Chapman, A. L. (2018). *Phone Coaching in Dialectical Behavior Therapy*. New York: The Guilford Press.

Craske, M. G., Treanor, M., Conway, C. C., Zbozinek, T., & Vervliet, B. (2014). Maximizing exposure therapy: an inhibitory learning approach. *Behaviour research and therapy*, 58, 10–23.



- Farmer, R.F. & Chapman, A.L. (2016). Behavioral interventions in cognitive therapy: Practical guidance for putting theory into action (2nd ed.). American Psychological Association.
- Feil, N & de Klerk-Rubin, V. (2003). V/F Validation: The Feil Method, How to Help Disoriented Old-Old. Jasper, OR: Edward Feil Productions. ISBN 1-878169-00-9
- Foa, E.B., Chrestman, K.R., & Gilboa-Schechtman, E. (2008). Prolonged Exposure Therapy for Adolescents with PTSD: Emotional Processing of Traumatic Experiences (Therapist Guide). New York: Oxford University Press.
- Foa, E. B., Hembree, E., & Rothbaum, B. O. (2007). Prolonged exposure therapy for PTSD: Emotional processing of traumatic experiences therapist guide (Treatments That Work). New York: Oxford Press.
- Heard, H.L. & Swales, M.A. (2016). Changing Behavior in DBT: Problem Solving in Action. Guilford Press.
- Koerner, K. (2011). Doing Dialectical Behavior Therapy: A practical Guide. New York: Guilford
- Linehan, M. M. (1997). Validation and psychotherapy. In A. Bohart & L. Greenberg (Eds.), *Empathy reconsidered: New directions in psychotherapy* (pp. 353-392). Washington, DC: American Psychological Association.
- Linehan, M.M., & Schmidt, H. (1995). The dialectics of effective treatment of borderline personality disorder. In W. O. O'Donohue & L. Krasner (Eds.), *Theories in Behavior Therapy* (pp. 553-584). Washington D.C.: American Psychological Association.
- Rizvi, S. L. (2019). Chain Analysis in Dialectical Behavior Therapy. New York: The Guilford Press.
- Swales, M.A. (Ed.). (2019). *The Oxford Handbook of Dialectical Behaviour Therapy*. Oxford University Press.
- Swales, M. A. Heard, H., (2009). Dialectical Behavior Therapy. Routledge.

Anbefalte artikler (ligger på [www.dbt.no](http://www.dbt.no)):

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

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

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 utdanningsoppstart!

