

Beteendeeperiment – ”B:et” i KBT

Wise Mind erbjuder

Workshop med Bengt Westling

Stockholm, Ersta konferens 20 september 2012



Workshopen syftar till att lära ut de färdigheter (KBT-kompetenser) som krävs för att kunna designa, genomföra, observera och följa upp beteendeeperiment.

Innehåll och upplägg

Beteendeeperiment är en av de centrala behandlingsinterventionerna inom modern kognitiv beteendeterapi. Metoden ingår idag i KBT-behandlingen vid en rad kliniska syndrom. En ny forskningsöversikt (McMillan & Lee, 2010) visar även att exponering som sker i form av en serie beteendeeperiment, utifrån en KBT-teoretisk referensram (”tolkningsparadigm”), ger bättre resultat än exponering utförd på ett mer traditionellt sätt enligt klassisk inlärningsteori (”habitueringsparadigm”). Att utforma framgångsrika beteendeeperiment speciellt designade för och anpassade till den unika patientens individuella problematik är dock en av de större utmaningarna för KBT-terapeuten. Det kräver kreativitet, flexibilitet, initiativförmåga och – en stor portion humor! Under dagen illustreras ”A till Ö för beteendeeperiment”. Alltifrån hur beteendeeperiment utformas, genomförs, observeras och följs upp behandlas utförligt med videoillustrationer och kliniska demonstrationer.

Kursen vänder sig till yrkesverksamma inom människovårdande yrken som är bekanta med grunderna i KBT och som önskar utveckla sina färdigheter i individualiserad fallformulering enligt KBT-principer och/eller ”b:et i KBT” - beteendeeperiment. Exempelvis studerande i slutet på sin grundläggande psykoterapiutbildning (”steg 1”), studerande på legitimeringsgrundande psykoterapeutprogram med KBT-inriktning (”steg 2”) samt leg psykologer, leg psykoterapeuter med BT/KT/KBT-inriktning.



Kursledare: *Bengt Westling*, docent i klinisk psykologi, leg psykolog, specialist i klinisk psykologi och leg psykoterapeut. Bengt är programansvarig för Uppsala universitets psykoterapeututbildning med KBT-inriktning. Han delar idag sin tid mellan universitetet, egen privatpraktik samt olika engagemang som konsult i utbildningsfrågor rörande KBT.

Tid kl 09.00-16.00

Pris 2200 kr + moms inkl för- och eftermiddagsfika. Du som även anmäler dig till workshopen den 21 september om ”Hur effekten av beteendetekniker maximeras med de senaste kognitiva teknikerna och KBT-inramning”, den 21 september, betalar 3 800 kr + moms för båda dagarna.

Rekommenderat förstudiematerial

- Bennett-Levy, J., Butler, G., Fennell, M., Hackman, A., Mueller, M. & Weestbrook, D. (Eds.), (2004). *The Oxford guide to behavioural experiments in cognitive therapy*. Oxford: Oxford University Press.
- Butler, G. et al. (2008). *Cognitive-behavioural therapy for anxiety disorders*. New York: Guilford. (Chapter 6: The role of behavioral experiments).
- Hagen, R. & Nordahl, H.M. (2008). Behavioral experiments in the treatment of paranoid schizophrenia. *Cognitive and behavioral practice*, 15, 296-305.
- McMillan, D. & Lee, R. (2010). A systematic review of behavioral experiments vs. exposure alone in the treatment of anxiety disorders: A case of exposure while wearing the emperor's new clothes? *Clinical psychology review*, 30, 467-478.

Information och anmälan www.wisemind.se info@wisemind.se, 070-265 25 75, 090-774735. Sista anmälningsdag 25 augusti 2012

Sista anmälningsdag 20 augusti 2012