

## KURSUSBESKRIVELSE

### Forudsætninger

Kurset er målrettet professionelle indenfor social- og sundhedsområdet med kendskab til DAT, der ønsker at arbejde meget målrettet med at implementere DAT i den daglige praksis. Kurset er relevant for alle professionelle, der arbejder med mennesker med følelsesreguleringsvanskeligheder.

Kurset er et praksisnært fordybelseskursus i DAT. Det er en fordel at have teoretisk kendskab til DAT.

### Fordybelseskursus

På introduktions- og grundkurser i DAT introduceres den teoretiske forståelse af DAT. Der er her begrænset plads til øvelser i anvendelse af DAT. Nogle af disse kurser har praksistræning koblet på som del af et supervisorsmodul.

På fordybelseskurset går vi skridtet videre. Her arbejder vi i dybden med centrale elementer i DAT, så dine praksiskompetencer indenfor disse områder styrkes. Denne type kursus er i høj grad anvendelsesorienteret og indeholder væsentlig mere træning og øvelse på kursusdagene.

Formålet med fordybelseskurset er, at du som deltager bliver mere fortrolig med praktisk anvendelse af centrale DAT redskaber til at understøtte borgerens proces i retning af recovery.

### Indhold på fordybelseskurset

Fordybelseskurset indledes med en kort skitsering af det centrale afsæt for arbejdet med DAT.

- Du får genopfrisket hvad DAT og følelsesreguleringsforstyrrelser er.

Fordybelseskursets omdrejningspunkt er teoretisk uddybning og praksistræning indenfor 5 centrale områder: etablering af fundamentet for samarbejdet, anvendelse af validering, anvendelse af kædeanalyse, træning af borgerens færdigheder samt håndtering af dine egne reaktioner som professionel.

- Du får øvelse i at etablere samarbejdet med din borger. Herunder uddybning af, hvorledes elementerne i fundamentet for samarbejdet kan styrkes.

## 5- dages fordybelseskursus

### *Anvendelse af Dialektisk Adfærdsterapi*

- Du får træning i at anvende de centrale strategier i DAT indenfor hhv. accept og forandring, nemlig validering og kædeanalyse. Dette omfatter en uddybning af, hvornår og hvordan validering anvendes. Det omfatter også en uddybning af, hvornår og hvordan kædeanalysen anvendes. Desuden øves principperne for anvendelse af forstærkning.
- Du får et overblik over, hvordan DAT færdighederne er målrettet specifikke områder af borgerens vanskeligheder. Desuden får du øvelse i, hvorledes du kan understøtte borgerens proces med at træne og udvikle sine færdigheder til at mestre eget liv.
- Kurset afsluttes med et fokus på dine egne færdigheder som professionel. Her får du træning i, hvordan du selv kan anvende dine færdigheder, når du bliver udfordret i samarbejdet.

### **Udbytte af fordybelseskurset**

- Du opfrisker din viden om, hvilke målgrupper og kontekster DAT kan anvendes i, samt hvad der kendetegner en følelsesreguleringsforstyrrelse.
- Du forbedrer dine praksiskompetencer i at stimulere håb, fastsætte meningsfulde mål, vedligeholde motivation og tydeliggøre rolle- og ansvarsfordelingen i samarbejdet.
- Du forbedrer dine praksiskompetencer i at danne en relation til borgeren og vedligeholde en samarbejdsalliance med borgeren.
- Du forbedrer dine praksiskompetencer i at styrke borgerens analysekompetencer ift. egne vanskeligheder samt påvirke borgerens adfærd i en hensigtsmæssig retning vha. din respons.
- Du styrker dine praksiskompetencer i at understøtte borgerens evne til at håndtere udfordringer i livet ved at bruge sine færdigheder, så borgeren i højere grad kan leve i overensstemmelse med egne værdier og mål.
- Du styrker dine praksiskompetencer i at bruge dine egne færdigheder, så du i mindre grad bliver belastet af samarbejdet og undgår utilsigtet at komme til at forstyrre samarbejdet som følge af dine egne reaktioner.

### **Kursusbevis**

Som afslutning på fordybelseskurset får du et kursusbevis. Med dette kursusbevis har du dokumentation for, at du har tilegnet dig viden om og praksistræning i at anvende DAT på fortsætterniveau.

5- dages fordybelseskursus  
*Anvendelse af Dialektisk Adfærdsterapi*

## Kursusprogram

### Dag 1: Etablering af samarbejdet

- Skitsering af Dialektisk Adfærdsterapi og følelsesreguleringsforstyrrelser
- Træning i at etablere fundamentet for samarbejdet

### Dag 2: Anvendelse af validering

- Nuancer i valideringens formål, effekt og anvendelsesområder
- Træning i at validere på forskellige valideringsniveauer målrettet forskellige genstande
- Træning i at anvende en validerende tilgang til motivation

### Dag 3: Anvendelse af kædeanalyse

- Nuancer i kædeanalysens funktion og anvendelsesområder
- Træning i anvendelse af kædeanalyse og løsningsanalyse
- Træning i at bruge forstærkningsprincipper i samarbejdet

### Dag 4: Træning af borgerens færdigheder

- Opmærksomhedsfærdigheder
- Følelsesreguleringsfærdigheder
- Hold ud færdigheder
- Relationsfærdigheder

### Dag 5: Træning af den professionelle brug af egne færdigheder i samarbejdet