

Utbildning till Diplomerad Anhörigterapeut (AHTU) start i september 2020 i Stockholm och i februari 2021 i Malmö

- *en efterfrågad utbildning till ett nytt viktigt yrke*

En anhörigterapeut arbetar med friska personer som genom sina relationer med andra hamnat i en sjuk miljö och (nästintill) själva blivit sjuka. Om alla som lever och växer upp i dysfunktionella familjer får stöd skulle färre bli sjuka och/eller utveckla eget missbruk.

Det är fler som lider av att vara anhörig än av att själv vara sjuk! Speciellt gäller det anhöriga till missbrukare, alkoholister, narkomaner men också till svårt sjuka på annat sätt. Den som har närstående med beroende, fysisk eller psykisk sjukdom hamnar själva lätt och ofta i en sorg och krisreaktion som kan leda till både fysisk och psykisk ohälsa hos den anhöriga.

Som anhörigterapeut har man kunskaper om mycket: relationer, familjeliv, ångest, stress, missbruk, beroende, olika fysiska och psykiska sjukdomar samt moderna, effektiva metoder och tekniker i terapi och rådgivning. En anhörigterapeut har därtill förmåga att tillsammans med den anhöriga reda ut vad som är grundproblem och delproblem och att leda samtal utifrån kognitiva, existentiella och processinriktade grunder.

En anhörigterapeut kan arbeta både inom privat behandlingsverksamhet och hos offentlig arbetsgivare som kommun, landsting och stat (t ex kriminalvård). Man arbetar oftast individuellt men också med grupper.

Titel

Efter utbildningen får eleven titeln Diplomerad Anhörigterapeut Bergströms.

Personer med Bergströmsdiplom anses ha en väl kvalificerad utbildning som gett dem användbara kunskaper och metoder, vilket leder till goda behandlingsresultat.

Före Bergströms

Bergströms ägs av Lennart och Maria Bergström. De har sedan 1980-talet arbetat med utbildning och behandling bland annat inom missbruks- och beroendeområdet. En av deras tidigare verksamheter var den ideella stiftelsen Svenska Jellinekstitutet, SJI. Redan då gav de utbildning till Anhörigterapeut.

Lennart Bergström har utvecklat RePro-konceptet vars tester och instrument finns som ryggrad i A-terapeututbildningen (ATU) för kvalificerat praktiskt arbete med diagnos, prognos, behandling, utvärdering etc. RePro-konceptet har han kompletterat med Matchningsmodellen som möjliggör multivariata perspektiv i planering och behandling. Han har utvecklat AngCop-modellen för modern ångestbehandling, eftersom ohanterad ångest är en väsentlig del i många olika problem. Delar av ATU finns även i Anhörigterapeututbildningen (AHTU).

Målgrupp

Alla som önskar fördjupade kunskaper och förmågor om att med olika metoder stödja personer som är anhöriga till sjuka personer - allt med sikte på att hjälpa människor till ett bra och fungerande liv med god hälsa.

AHTU räknas som eftergymnasial och håller högskolekvalité. Vi har idag inga formella krav på tidigare utbildning. Den som har högskoleutbildning i näraliggande områden som t ex socionom, sjuksköterska, psykolog, diakon, lärare har oftast lättare att ta till sig utbildningen.

Utbildningen är till vissa delar jämförbar med behandlingspedagog och social pedagog, men är också lämplig som påbyggnadsutbildning för redan utbildade inom vård och behandling som vill fördjupa sig i relationer och anhörigsituationer.

Varje sökandes lämplighet för utbildningen och yrket bedöms individuellt.

Syfte

Ge fördjupade kunskaper och färdigheter om modern anhörig- och relationsbehandling. Efter utbildningen ska eleven

- ha kunskap om och förmåga att identifiera anhörigproblem i kombination med andra problem som ångest, depression, stress, sorg, kris, psykosociala och fysiska problem
- förstå, bemöta och behandla människor med skador från dysfunktionella familjemönster
- kunna starta och leda individuella terapier, gruppterapier och familjesamtal
- ha kunskap och träning i att använda beteendeterapeutiska, kognitiva, existentiella och tolvstegsinriktade metoder
- förmåga att använda beteendeanalyser, motiverande samtal, olika samtalsfärdigheter och förmåga att analysera samtal
- ha fördjupade kunskaper om AngCop som ångesthanteringsmetod
- ha kunskaper om mindfulness och ACT som stressreduceringsmetoder
- kunna identifiera och tillämpa de viktigaste psykologiska principerna vid sorg- och krishantering
- vara orienterad om en generell modell för funktionell analys baserad på grundläggande anknytningspsykologi
- förstå matchningsmodellens principer för goda behandlingsresultat
- ha professionell kunskap om sig själv, sin förmåga, situation och möjligheter

Innehåll

- Fem variabler av värde för anhörigterapi: fysisk, psykisk, social, existentiell, extrema situationer
- Vetenskapsteori och forskningsmetodik
- Anknytningsteorier
- Stress, sorg, kris, förstämning, missbruk, beroende, ångest och andra dysfunktioner
- Psykologi och psykiatri ur anhörigperspektiv
- Diagnostik och behandlingsplanering i anhörigterapi
- KBT/kognitiva teorier, tekniker och metoder i bedömnings- och behandlingsarbete
- Tredje vågens terapier, ACT, mindfulness, DBT
- Existentiella teorier och tekniker
- Professionalitet och etik
- RePro-An, urval ur RePro-konceptets test- och bedömningsinstrument med manual
- Teori och behandling av generell och specifik ångest samt ångestbehandling i anhörigterapi
- Medberoende- och relationsbegreppen
- Familje- och systemteorier i praktik
- Teorier och tekniker i tolvstegsbehandling
- Självhjälpsgrupper
- Lagstiftning

Utbildningens uppläggning

- Deltidsstudier
- Normal studietakt innebär att utbildningen genomförs på två år
- Studietakten är anpassad till den som heltidsarbetar parallellt med studierna
- Studier och praktik kan kombineras till heltidssysselsättning
- Totalt tjugo kursbrev via mail med flera olika delmoment/kursbrev. Normal studietakt är tio kursbrev per år, motsvarande cirka tre-fyra veckors studier per kursbrev. I kursbreven finns anvisningar, kurs-PM för inläsning och arbetsuppgifter. Redovisningen görs skriftligt via mail.
- Arton seminariedagar uppdelade på nio tvådagarsmöten. Obligatorisk närvaro!
- Seminarierna ligger på fredag-lördag
- Varje seminarium är en sammanhållande tvådagarsenhet vilket innebär att är man borta en dag får man gå om båda dagarna.
- Seminarierna ska genomföras i följd
- Lärarna kan kontaktas per mail, telefon, webkamera eller via videosamtal
- Elev som inte redan arbetar i branschen förutsätts praktisera till viss del under utbildningstidens senare del.
- Bergströms ser gärna att elever, som avser att arbeta med terapeutisk verksamhet och som inte tidigare gått i egenterapi, går i terapi innan de börjar arbeta som Anhörigterapeut.

Lärare

- **Malmö:** Anna Seth, Dipl A-terapeut SJI och Dipl Anhörigterapeut, 070 553 84 35, anna.s@bergstroms.org
- **Stockholm:** Nina Phil, Dipl Anhörigterapeut och socialpedagog, 070 620 57 69, nina.p@bergstroms.org

Även andra lärare med erfarenheter och kunskaper relevanta för anhörigterapi.

Tider

- **Stockholm:** Start den 25-26 september 2020 kl 10-16. Därefter den 20-21 november 2020, två dagar i februari, april, september och november 2021 samt två dagar i januari, mars och maj 2022
- **Malmö:** Start den 12-13 februari 2021 kl 10-16. Därefter den 17-18 april, två dagar i september och två dagar i november 2020 samt två dagar i januari, mars, maj, september och november under 2021

När vi får tillbaka ett av dig undertecknat avtal så får du det första kursbrevet och kan börja studierna. När du läst igenom första kursbrevet är du välkommen till startseminariet.

Plats

- **Malmö:** Föreningsgatan 32, 211 55 Malmö. Nära Triangeln, flera bussförbindelser från Centralen. Där hyr vi studielokaler av Betaniakyrkan.
- **Stockholm:** Nathorstvägen 44, 121 37 Johanneshov. Nära t-station Skärmarbrink som är fem stationer från T-centralen. Vi hyr där studielokaler i Hammarbykyrkan.

Krav

Vi kräver att eleverna kan ta till sig fördjupade kunskaper om behandlande, förebyggande och efterbehandlande arbete – allt i syfte att stödja människor till ett bra och fungerande liv.

Du behöver en egen mailadress och tillgång till en internetkopplad dator med webb- och mailprogram, möjlighet att läsa och skriva word, läsa pdf-filer och powerpointfiler samt föra samtal via web/video.

Utbildningsavgift

98 500 kr, 24 625 kr/halvår

Litteratur tillkommer motsvarande omkring 7 000 kr. Kurs-PM ingår i avgiften.

Finansiering

Betalning görs antingen med delbetalningar (utan ränta) under utbildningstiden eller längre tid varvid ränta tillkommer.

- 1) Delbetalningar **utan ränta**, t ex 49 250 kr/år (2 inbet), 24 625 kr/halvår (4 inbet), 12 313 kr/kvartal (8 inbet) eller 4 104 kr/mån (24 inbet)
- 2) Delbetalningar som pågår efter utbildningen slut, varvid **ränta tillkommer** på den del av utbildningsavgiften som inte betalas inom två år efter det att studierna påbörjats, t ex 24 inbetalningar á 2 000 kr/mån **samt** 24 inbetalningar á 2 374 kr/mån, totalt blir 104 976 kr, varav 6 476 kr i ränta

Andra uppdelningar kan göras.

Studieavbrott

Om du måste göra tillfälligt studieuppehåll så fortsätter betalningen enligt avtalet. Längre studieuppehåll än ett år rekommenderas inte.

Om du måste avbryta utbildningen innan den är avslutad gäller följande.

- Den som slutar under första studieåret betalar hela det årets avgift, 49 250 kr
- Den som slutar under andra studieåret betalar hela utbildningsavgiften, 98 500 kr

Intyg över delvis genomförda studier kan ges till den som måste avsluta utbildningen.

Mer information

Ring eller maila vd Anna Seth, 070 553 84 35, anna.s@bergstroms.org

Ansökan

Skriv ett mail direkt till anna.s@bergstroms.org.

Inkludera följande i ditt mail till oss

- **Vad du heter**, hur vi når dig på telefon, mail och postadress.
- **Vad du gör** idag, vad du gjort tidigare, t ex utbildningar, arbeten, erfarenheter.
- **Övrigt**, som t ex intressen, fritidssysslor, familj, eller något du tycker vi bör veta om dig. I princip vill vi veta "vem du är" - detaljer behövs inte men vi vill få en uppfattning om dig oavsett vad
- **Varför du vill gå** AHTU och/eller hur du hoppas ha nytta av den? Det är viktigt!

Vi vill därefter intervjua dig (om vi inte tidigare talats vid) per telefon eller att du besöker oss.

Beslutet om antagning till utbildningen grundas på en samlad bedömning av tidigare utbildningar, arbetserfarenheter, ansökningstexten, intervjun och referenser som kan komma att beväras.

Efter ansökan, samtal och antagningsbeslut får du ett avtal på mail. När du accepterat avtalet till oss på telefon, mail eller sms, postar vi två avtal till dig för underskrift. När både du och vi undertecknat avtalen och du betalat din antagningsavgift (vänta på faktura) så är utbildningsplatsen säkrad för dig. Om din arbetsgivare betalar utbildningen ska även den beslutsfattaren underteckna avtalet.

Hjärtligt välkommen till Bergströms!

Maria Bergström
Utbildningsanordnare
070 725 38 88
maria.b@bergstroms.org