



# KBT för skolkuratorer – intensivutbildning

## Evidensbaserade verktyg för skolkuratorns uppdrag

Rollen som skolkurator är bred, komplex och avgörande för skolans hälsofrämjande och förebyggande arbete. I mötet med elever, vårdnadshavare, lärare och elevhälsoteam ställs höga krav på både analysförmåga, samtalskompetens och förmåga att bidra till hållbara förändringar i skolvardagen.

**KBT för skolkuratorer** är en intensivutbildning som ger dig forskningsbaserade och praktiskt användbara verktyg, särskilt anpassade för skolkuratorns uppdrag. Utbildningen bygger på principer från kognitiv beteendeterapi (KBT), inlärningspsykologi, ACT och DBT – inte i behandlande syfte, utan som ett metodstöd för arbete inom skolans ramar.

Många deltagare beskriver utbildningen som att de äntligen får en tydlig och sammanhållen metodik i sitt arbete.

---

## Utbildningens innehåll

Under utbildningen får du fördjupad kunskap och konkreta verktyg för att:

- Förstå och motivera till förändring med hjälp av **beteendeanalys** – få nya perspektiv på problematiska beteenden och ingångar till förändring
- Arbeta med **elevens motivation, värderingar och mål** med stöd i **ACT (Acceptance and Commitment Therapy)**
- Utveckla **samtalsmetodik och effektiva bedömningsamtal** – vässa dina samtalsfärdigheter i praktiken
- Arbeta med **problematisk skolfrånvaro** – vad säger forskningen och vilka insatser har visat sig fungera?
- Stödja elever som upplever **stress, oro, ångest och prestationskrav**, med konkreta strategier för återhämtning och förändring
- Förstå och arbeta med **starka känslor och känsloreglering**, med metoder hämtade från **DBT (Dialektisk beteendeterapi)**

Utbildningen varvar teori med praktiska övningar, rollspel och reflektion med tydlig koppling till skolkuratorns vardag.

---

## Pedagogik och kursledare



Utbildningen leds av **legitimerade psykologer** med lång erfarenhet av att utbilda skolkuratorer och arbeta inom elevhälsa och skola. Utbildningen är framtagen av **Kristina Loftsson och Peter Friberg** och har utvecklats och förfinats under mer än tio år.

Kristina Loftsson är även författare till boken **”KBT för skolkuratorer – verktyg som förändrar”** (Natur & Kultur), som ligger till grund för utbildningen.

---

## Upplägg och kursform

Utbildningen omfattar **fyra heldagar** och ges i **hybridformat**, vilket innebär att du kan delta på plats eller digitalt. Digitala deltagare har samma möjlighet till interaktivitet, dialog och övningar som deltagare på plats.

---

## Detta ingår i utbildningen

- Kursboken **”KBT för skolkuratorer – verktyg som förändrar”**
  - Kartläggningmaterial, arbetsblad och formulär för arbete med elever, elevhälsoteam och vårdnadshavare
  - Presentationer samt filmer med rollspel som fördjupar förståelsen av metoder och samtalsfärdigheter
  - Undervisning av erfarna legitimerade psykologer
  - Kursintyg efter avslutad utbildning
  - Möjlighet till reflektion och erfarenhetsutbyte med andra skolkuratorer från hela landet
- 

## Målgrupp

Utbildningen vänder sig till dig som arbetar som **skolkurator** och vill stärka din metodik i det hälsofrämjande, förebyggande och stödjande arbetet i skolan.