



# Utbildningsdag

## KONTAKT

☎ 073-619 83 66

✉ [info@wisemind.se](mailto:info@wisemind.se)

## Radikalt öppen dialektisk beteendeterapi (RO-DBT) - vad är det & varför behövs det?



### Om RO-DBT

Radikalt öppen dialektisk beteendeterapi (RO-DBT) är en ny transdiagnostisk behandling utvecklad av professor Thomas Lynch, riktad till personer med psykisk ohälsa relaterad till stark rigiditet, ensamhet och ett överdrivet behov av kontroll. Behandlingen stödjer sig mot 20 år av klinisk forskning och är inte diagnosspecifik, men har visat sig hjälpsam vid bland annat anorexia nervosa, kronisk depression och OCD.

RO DBT bygger på DBT och använder sig av liknande beteendepprinciper, men lägger mer fokus vid ökad öppenhet, flexibilitet och social gemenskap. Behandlingsmetoden har fått mer uppmärksamhet de senaste åren och den ses allt mer som ett bra behandlingsalternativ för att behandla individer med behov av hög kontroll som en del av sin problematik.

Utbildningsdagen kommer att ge en översikt kring behandlingskomponenter, behandlingsmål och information om stilistiska terapeutstrategier för att utveckla förmågan att bedöma och behandla psykisk ohälsa relaterad till överkontroll.

Behandling med RO-DBT syftar till att skapa ett liv värt att dela med andra, genom att bland annat förbättra förmågan:

- att uppleva och visa känslor, visa sårbarhet
- att njuta
- till flexibilitet och öppenhet
- till emotionell närhet och social gemenskap



# Utbildningsdag

---

## KONTAKT

☎ 073-619 83 66

✉ [info@wisemind.se](mailto:info@wisemind.se)

### Kursledare:

Martina Isaksson är legitimerad psykolog som disputerar våren 2021 med RO-DBT, överkontroll och anorexia som avhandlingsämne. Martina är utbildad i RO-DBT och har mångårig erfarenhet av att arbeta och implementera RO-DBT för patienter med anorexia samt att leda RO i Uppsala.

Martina är utbildad i RO-DBT och har mångårig erfarenhet av att arbeta och implementera RO-DBT för patienter med anorexia samt att leda RO i Uppsala.

### Datum & tid:

Måndag 30:e november 2020, kl. 09–12

### Plats:

Deltagandet sker digitalt via webinarium

### Pris:

1190 kr + moms per deltagare.

### Ytterligare information och anmälan:

[info@wisemind.se](mailto:info@wisemind.se) Mobil: 073-619 83 66

Anmäl Dig genom att fylla i anmälningsformuläret på

<https://www.wisemind.se> - Kursanmälan  
Sista anmälningsdag 28 november 2020.