



XBT – Existentiell Beteendeterapi

En kursdag om hur vi kan förhålla oss till livets stora frågor & som behandlare hjälpa de vi i samtal möter med att beskriva, förstå och hantera livsvillkoren.



Föreställ dig livet som en stad. Du har inte valt staden men din existens, ditt liv, utspelar sig där. Dina möjliga vägar är där och så är också dina vägval. En dag kommer vägen du går på ofrånkomligen att passera stadsgränsen och det här livet är slut. Stadens villkor är svåra, nästintill outhärdliga ibland, men det är så det är.

Om kursdagen

Dagen fokuserar på XBT: Existentiell beteendeterapi, som utvecklats utifrån behovet att kunna lyfta och arbeta med existentiella frågor relaterat till ett arbetssätt grundat i kognitiva och beteende-inriktade interventioner.

Genom föreläsningar, resonemang, konkreta exempel, reflekterande övningar, dialog och diskussion så får du som deltagare en möjlighet att fördjupa dig inom ämnet. Dagen är tänkt att ge tid för att stanna upp, få nya tankesätt och arbetssätt att ta med dig till din vardagens arbete med möten och samtal.

Mer om kursens innehåll

Välkommen till en dag då vi tar oss an de stora frågorna – livet och dess smärtsamma och orättvisa villkor: Har livet någon mening? Vad är ett "själv"? Är vi fria? Har vi val och i så fall vilka? Har vi ansvar? Hur ska vi hantera döden; rädslan att dö, viljan att dö, sorgen?

Hur förhåller vi oss till livets villkor? Är dessa frågor ens relevanta i det psykoterapeutiska samtalet? Och hur kan vi som behandlare, utifrån ett KBT-perspektiv, formulera och beskriva detta på ett sätt som har relevans för såväl oss själva som för de människor vi



Utbildningsdag

KONTAKT

☎ 076-325 49 58

✉ info@wisemind.se

strävar efter att hjälpa? Hur kan vi hjälpa de människor vi möter att förstå och hantera livsvillkoren? Kan vi hjälpa dem till liv med mer kvalitet och större närvaro?

Ytterligare information och anmälan:

info@wisemind.se Mobil: 076-325 49 58

Anmäl Dig genom att fylla i anmälningsformuläret på <https://www.wisemind.se>

Sista anmälningsdag 3:e september 2021.

Datum & tid:

Fredag 10:e september 2021, kl. 10–17

Plats:

Ersta konferens, Stockholm eller Digitalt via Zoom.

Pris:

På plats: 2800 kr inkl. lunch, för- & eftermiddagsfika

Digitalt: 2300 kr

Vid flera anmälda från samma arbetsplats ges grupp-rabatt.

Målgrupp:

Du som arbetar med samtal/ psykoterapi/ psykologisk behandling. Kursdagen utgår i första hand ifrån hur de existentiella frågorna kan integreras i behandling utifrån KBT men även du som arbetar utifrån annan inriktning är varmt välkommen och kursinnehållet tror vi är relevant oavsett behandlings-inriktning.

Kursledare:

Niklas Möller, leg. psykolog & leg psykoterapeut och Isabel Petrini, leg. psykolog, leder utbildningsdagen. De är båda verksamma på Röda Korsets Behandlingscenter i Uppsala och har tillsammans skrivit boken *XBT: Existentiell Beteendeterapi* som gavs ut på Natur och Kultur i augusti 2020. De har tidigare gett ut boken *Krig, tortyr och flykt* på samma förlag.