



THE WORLD'S LARGEST  
HOTEL CHAIN

## EGENTERAPI

BEST WESTERN  
**arken**  
HOTEL & ART GARDEN SPA

Egenterapi - ingen evidens som stöder att egenterapi ger bättre psykologer. Kvalitetskontroll främsta skälet till miuns form av egenterapi.

Självreflektion, klientroll, förändringsprocess - professionsat - inriktad självkänedom. Blandning av kurs och gruppterapi. 20 tillfällen á 3 timmar.

Varken undervisning eller terapi utan psykologisk intervention.

Att vara personlig men inte privat. inte gå in för djupt och "ta över terapin". Identifiera, benämna och förstå.

Det är inte univ. ansvar att erbjuda gratis regelrätt behandling.

Mindfulness & emotionsfärdigheter (kunna reglera sina känslor) finns evidens att det är viktigt att kunna som terapeut.

Att erbjuda 50 h @ individuell terapi till alla skulle kosta alldeles för mkt pengar på bekostnad av andra områden.

Jättebra att kombinera med individuell självbekostad terapi tex under PTP-året, där en regelrätt relation med terapeuten kan byggas upp.

