

## Välkommen till

# GRUPPBEHANDLING för TVÅNGSSYNDROM

Intensiv gruppbehandling för tvångssyndrom har goda resultat i vetenskapliga studier. Inom avtalet mellan region Uppsala och privatmottagningen KBTPsykologerna finns nu möjlighet att ta del av gruppbehandling.

På KBTPsykologerna arbetar elva psykologer och psykoterapeuter, många av oss är specialiserade på tvångsrelaterade syndrom. Behandlingen är exponering med responsprevention (ERP), som är en typ av kognitiv beteendeterapi (KBT). Denna behandling har starkast vetenskapligt stöd och rekommenderas av SBU, Socialstyrelsen och andra instanser runt om i världen. I forskning har ERP utförts på många olika sätt strukturellt och tidsmässigt. KBTPsykologerna har lagt upp grupperna utifrån en intensiv modell med flera timmars behandling per dag under en kortare tidsperiod.

Fördelar med att få sin behandling i grupp är många, t.ex. att det för patienten kan ge socialt stöd från andra som genomgår samma behandling. På samhällsnivå blir kostnaderna mindre och köerna kortare, vilket medför att patienter inte hinner insjukna lika allvarligt.

Behandlingen inleds med att man träffar en psykoterapeut för bedömning, vilket brukar ta ca tre sessioner. Sedan påbörjar man sin gruppbehandling, i varje grupp går kring 10 patienter och det finns vanligen kring fyra behandlare per grupp. Under behandlingens gång kan man behöva träffa psykoterapeuten individuellt någon session till för att anpassa gruppbehandlingen på bästa sätt.

	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
13.00-14.30	Session 1	3	5	7	9
14.30-16.00	2	4	6	8	Session 10
16.00-17.30	Öva A	B	C	D	Öva E

Session 1 - 10 innehåller ERP-behandling enligt ovan, ledd av en av våra psykoterapeuter med avtal, och med flera andra psykologer och psykologkandidater med som ledare. Öva A-E innebär extra färdighetsträning som är frivillig, och ledd av antingen en psykoterapeut med avtal med regionen,

annan legitimerad psykolog på KBTPsykologerna eller psykologkandidat. I vissa fall är självständiga ERP-övningar det bästa, då finns personal tillgänglig under denna tid.

Om behandlingen utvärderas ha effekt efter bedömningsfas och en veckas behandling finns möjlighet att förlänga behandlingen ytterligare. Behandlingen utvärderas inom ramen för mottagningens ordinarie standardiserade utvärderingsmodell där Y-BOCS är det primära utfallsmåttet.

### **Kostnad**

Om du vill bekosta behandlingen på egen hand kostar de individuella sessionerna sedvanliga 1 400 kr per session för 50 minuter hos leg. psykolog, respektive 1 600 kr hos en leg. psykolog som även är leg. psykoterapeut. Gruppbehandlingen kostar 2 000 kr/dag. 5 dagars gruppbehandling omfattar 20 behandlingstimmar.

### **Frågor och anmälan:**

Linda Jüris

Leg. psykolog, specialist i klinisk psykologi, leg psykoterapeut, medicine doktor.  
KBT-Psykologerna Uppland AB, 0703366805,  
linda.juris@kbtpsykologerna.com