

Psykioterapi kan hjälpa dig

Psykioterapi på psykiodynamisk grund är en professionell behandling baserad på vetenskap och beprövat erfarenhet. Den kan ske individuellt, med par, med familj och i grupp. I denna terapiform söker man tillsammans med psykioterapeuten att förstå sin inre och yttre värld.

Psykiodynamisk psykioterapi

Man undersöker hur de problem man har kan hänga samman med livssituationen nu och tidigare i livet. Med större medvetenhet om sig själv, sina känslor, upplevelser och behov ökar förmågan att förstå och påverka sitt liv. Tankar, känslor och handlingar kan förändras. På så sätt kan man lösa problem och bli fri från symtom. Psykioterapin innebär ett nära samarbete mellan psykioterapeut och klient inom ramen för en trygg relation och ett samarbetskontrakt.

Legitimerad psykioterapeut

Den som är legitimerad psykioterapeut har förutom en grundutbildning i ett människovårdande yrke en omfattande vidareutbildning i psykioterapi motsvarande 90 högskolepoäng. I utbildningen till leg. psykioterapeut på psykiodynamisk grund ingår omfattande egen psykioterapi eller psykiodynamisk analys. Socialstyrelsens legitimation garanterar fullföljd utbildning och professionellt ansvar.

Vi hjälper dig att hitta en psykioterapeut som passar dig

Riksföreningen PsykioterapiCentrums förmedlingsverksamhet i Stockholms län gör det möjligt för dig att via hemsidan söka dig fram till den psykioterapeut som verkar passa dina behov bäst. Adressen är www.rpc.nu, välj Sök psykioterapeut.

Några timmar i veckan finns även möjlighet att tala med en psykioterapeut som kan bistå med förmedlingshjälp på telefon: 076-776 74 71. Förmedlingen är kostnadsfri. Arvodet för behandlingen kommer du och din psykioterapeut överens om.

Samtliga psykioterapeuter som vi hänvisar till är privatpraktiserande legitimerade psykioterapeuter med tystnadsplikt. Förutom samtal erbjuder många även andra behandlingsformer samt åtar sig handlednings- och utbildningsuppdrag. Exempel på andra metoder är danskropps- bild- och hypnoserapi.

Alla psykioterapeuter följer RPC:s riktlinjer om etik och kvalitetssäkring.

Riksföreningen PsykioterapiCentrum

Riksföreningen PsykioterapiCentrum (RPC) bildades 1971 och är den största intresseföreningen för legitimerade psykioterapeuter i landet och ingår i Samrådsforum för psykioterapi där olika psykioterapiinriktningar är representerade. RPC Stockholms län är en av 11 lokalföreningar.

RPC verkar internationellt genom EFPP (European Federation for Psychoanalytic Psychotherapy in the Public Sector) och EAP (European Association of Psychotherapy) och följer internationell psykioterapiforskning bland annat genom årliga konferenser ordnade av SPR (Society of Psychotherapy Research).