

# Månadens profil



## Evalena Widin Legitimerad Psykoterapeut

Jag är legitimerad psykoterapeut med inriktning mot individ. Min orientering är psykodynamisk och jag är utbildad vid Göteborgs Psykoterapi Institut. Därutöver har jag en avslutad tvåårig socialpedagogisk och gruppinriktad handledarutbildning. Sedan maj 2009 är jag även handledar- och lärarutbildad. Den kompetensen riktar sig specifikt till psykoterapeuter på individnivå. Jag har även kompletterat med studier och tillämpning i KBT.

Mina huvudsakliga arbetsområden är Psykoterapi ochHandledning, individuellt och i grupp, utbildning, stresshantering, konflikthantering och andra konsultuppdrag.

Jag använder metoden Interpersonell Psykoterapi så kallad IPT. Metoden är riktad till människor som lider av depression och det är en korttidsterapi på 12-16 samtal, metoden har god evidens. IPT är en strukturerad form av psykoterapi som undersöker hur problem i mänskliga relationer medverkar till depressiva besvär, samt hur depressiva besvär påverkar mänskliga relationer.

Jag sökte ett journalsystem som också kunde hantera fakturering och hittade WinEazy på nätet. De första kontakterna jag hade med RixData gav en mycket positiv känsla. Jag fick också en gratis demovisning via fjärrstyrning vilket sedan ledde till att jag investerade i WinEazy journalsystem. WinEazy hjälper mig nu att bl.a hålla ordning på journaler, fakturor och kontantkvitton. Allt på ett ställe vilket underlättar avsevärt.  
Evalena Widin Legitimerad Psykoterapeut.



## Handledning

Individuellt eller Grupp

- Typ av handledning samt metod
- Processinriktad handledning
- Riktad till individ och till Grupp

*Med hjälp av att fokusera på ett specifikt ärende/uppdrag, ger processinriktad grupphandledning möjlighet att stärka yrkesidentiteten. I förlängningen ökar tryggheten i uppdrag och arbetsgrupp. Processinriktad handledning tar därmed hänsyn till både medvetna och omedvetna nivåer samt till motstånd och försvar.*



## Utbildning

Olika typer av utbildning inom följande områden

- Kommunikation
- Konflikter och konfliktlösning
- Ledarskap
- Samspel
- Socialpsykologi och gruppdynamik
- Stress och stresshantering

*Föreläsningar kan anpassas efter behov och tas därmed fram i samarbete med kunden.*

## Kontakt

Psykoterapi och Handledning i Arvika  
Evalena Widin  
Legitimerad Psykoterapeut

Tfn: 070-6622370  
Epost: [info@elwidin.se](mailto:info@elwidin.se)  
Hemsida: [www.elwidin.se](http://www.elwidin.se)