



TRAUMAZONEN

DET FINNS EN VÄG UT UR DET SVÅRA

## **Written exposure therapy - WET**



**WET är en kort evidensbaserad traumafokuserad behandling för PTSD.**



**Det är en behandling som vänder sig till vuxna (över 18 år) personer som upplevt ett eller flera trauman.**



**Det är inga hemuppgifter mellan sessioner.**



**En kortare traumabehandling, session 1 är på ca 60 minuter, Session 2-5 är på ca 45 minuter.**



**Vanligtvis ses vi 1 gång i veckan antingen på plats i Bålsta. Denna metod fungerar utmärkt att genomföra digitalt via videomöte.**



**Du som klient kommer få skriva ner din traumaberättelse under 30 minuter varje session och sedan går vi tillsammans igenom den.**



**Kostnad för 5 Sessioner 2500 kr.**