

# Basal Eksponeringsterapi (BET)

- en transdiagnostisk tilnærming til pasienter med alvorlige og sammensatte psykiske lidelser

▶ Salen, SI Reinsvoll 21. mai, kl. 08.30–15.15

## STED OG TID

Salen, SI Reinsvoll, Presteseter, 2840 Reinsvoll  
21. mai kl. 08.30-15.15

## MÅLGRUPPE

Helsepersonell, brukere, pårørende, studenter og andre som er interessert i temaet.

## GODKJENNINGER

Søkes godkjent for Klinisk spesialitet i Norsk Sykepleierforbund og Norsk Ergoterapeutforbund.

## PRIS OG PÅMELDING

Kursavgift inkl. mat og drikke, **kr. 500**.  
Bindende påmelding **innen fredag 26. april 2019**  
**Påmeldingslenke** - [klikk her](#)

Det er begrenset antall deltakere – påmeldingene registreres fortløpende.

## KONTAKTINFORMASJON

Avdeling for akuttpsykiatri og psykosebehandling,  
Sykehuset Innlandet Reinsvoll

**Kontaktperson:** Ann-Mari Kvalvik tlf: 61 14 74 14 eller  
epost: [annmari.kvalvik@sykehuset-innlandet.no](mailto:annmari.kvalvik@sykehuset-innlandet.no)

## PROGRAM

**08.30** Registrering og kaffe/rundstykke

**09.00 Pasientgruppen, resultater, diagnostiske utfordringer**

Inklusjonskriterier: hvem kan nyttiggjøre seg BET?  
Eksistensiell katastrofeangst (EKa).  
Behandlingsresultater.  
Reduksjon av tvang og medikamentbruk.  
Kasuistikker.  
Om diagnostikk og transdiagnostisk behandling.  
Dynamisk Modnings-Modell (DMM) og tilpasning av behandlingen.

**11.30** Lunsj

**12.15 BET som kombinert/integrert psykoterapeutisk og miljøterapeutisk behandlingsmodell**

Betydningen av kollektiv verdiforankring.  
Kjente komponenter satt sammen på en ny måte for å utvide psykoterapiens rekkevidde.  
Eksponeringsprinsippet anvendt på alvorlige psykiske lidelser.  
Prinsipper for medikamentell behandling.  
Erfarings-basert utprøving av primærintervensjoner i BET.  
Komplementær Ytre Regulering (KYR) som fundament i behandlingen.  
Avlæring av atferdsforstyrrelser.  
BET-retorikk: håndtering av suicidaltrusler.

**14.00 Hva skal til? Organisering og implementering**

BET-programmet: personalets og pasientenes ukeprogram.  
Feedbackbasert Kollegaveiledning / Reflekterende team.  
Implementeringsutfordringer.

**15.15 Avslutning og vel hjem**

Informasjon om BET-utdanningene.  
Spørsmål, kommentarer.



## FORELESER



Psykologspesialist og prosjektleder for BET-Prosjektet Didrik Heggdal har siden 1999/2000 vært ansatt ved Avd. Blakstad, Klinikk for Psykisk Helse og Rus, Vestre Viken HF. Gjennom disse årene har Heggdal vært hovedaktør i utvikling og implementering av behandlingsmodellen

Basal Eksponeringsterapi (BET). En overordnet målsetting med BET er å mobilisere antatt behandlingsresistente pasienters ressurser, redusere selvdestruktiv atferd, redusere bruken av tvang, og fremme disse menneskenes muligheter til et stabilt liv utenfor døgninstitusjoner. BET-tilbudet er nå organisert i en egen seksjon i Vestre Viken, BET-Seksjonen, samtidig som BET-teamet underviser, veileder og bistår andre seksjoner i foretaket. Heggdal og hans team har etablert 2-årige nasjonale videreutdanninger i BET for hhv leger/ psykologer og høyskoleutdannet helsepersonell.

Det er nå flere helseforetak i Norge som er i gang med etablering av et BET-tilbud, bl.a. Sykehuset Vestfold og Universitetssykehuset i Tromsø. BET har vært presentert internasjonalt en rekke ganger, bl.a. på konferanser arrangert av International Association for the Study of Attachment (IASA) i Cambridge/UK 2010, Frankfurt/Tyskland 2013 og Firenze/Italia 2018, og konferanser arrangert av Association for Contextual Behavioral Science (ACBS) i Parma/Italia i 2011, Washington/US 2012, Melbourne/Australia 2013 og Minneapolis/US 2014. En rekke artikler om BET er publisert både nasjonalt og internasjonalt. Heggdal ble for sitt arbeid med utvikling og implementering av BET tildelt Norsk Psykologforenings psykologpris i 2017. I 2018 ble han tildelt "Den store Inspirasjonsprisen" av Norsk Psykologforenings Akershusavdeling for sin innsats for å bedre tilbudet til mennesker som sliter med å nyttiggjøre seg det ordinære tilbudet i psykisk helsevern.