



Kurs i EMDR-terapi, del 1 och 2

Eye Movement Desensitization and Reprocessing, EMDR, är en av de terapimetoder som har starkast evidens för behandling av PTSD och andra traumarelaterade störningar och som internationellt rekommenderas för behandling av PTSD. Metoden har utvecklats av dr Francine Shapiro, PhD, och är idag spridd över alla världsdelar. Metoden kan tillämpas även på problematik som är relaterad till andra negativa livserfarenheter och kan lätt anpassas till personer från olika kulturer och med olika kliniska förutsättningar. EMDR-terapin följer ett strukturerat tillvägagångssätt och ställer krav på behandlarens förmåga till diagnostisk kompetens och till tydlig struktur i kombination med en terapeutisk följsamhet.

Om kursen

Kursen omfattar totalt åtta heldagar uppdelade i två delkurser om vardera tre utbildningsdagar och en uppföljningsdag. Deltagarna förväntas tillämpa metoden praktiskt mellan delkurserna. Totalt ingår ca 58 lärarledda timmar. Undervisningsformerna är föreläsningar, analyser av inspelade terapisessioner och praktikmoment i mindre grupper. I de mindre grupperna får deltagarna praktisera tillämpning av EMDR-terapin genom att växla mellan att vara klient, terapeut och observatör. Kursdeltagarna bör därför vara förberedda på att använda sig av egna erfarenheter under praktikpassen. Det praktiska arbetet leds av legitimerad psykolog eller psykoterapeut med utbildning i EMDR-handledning. Särskild tonvikt läggs på bibehållen integritet.

Kursen följer riktlinjerna från EMDR Europa och i linje med EMDR Institute i USA. Utbildningen är ackrediterat av EMDR Europa och godkänd av EMDR Sverige.

Efter genomgången godkänd utbildning av del ett och två kan deltagare även kvalificera sig vidare för att bli certifierade EMDR-terapeuter i enlighet med EMDR Europas riktlinjer.

Målgrupp

Legitimerade psykoterapeuter, psykiatriker med grundläggande psykoterapiutbildning och legitimerade psykologer. Observera att kursen inte är ackrediterad som specialistutbildning för psykologer.

Upplägg

Kursen är uppdelad i två delar:

Del 1: Genomgång av bakgrund, teoretisk modell, hur klienter förbereds för traumabearbetning samt detaljerad genomgång av det standardiserade grundprotokollet utifrån de tre perspektiven tidigare erfarenheter, triggers i nuet och installation av ett framtidsperspektiv.

Del 2: Fokuserar på vad som karaktäriserar mer komplex problematik och hur tillvägagångssättet flexibelt anpassas utifrån dessa förutsättningar med samtidigt bibehållande av grundmodellen. En förutsättning för del två är att deltagarna har skaffat sig praktiska kliniska erfarenheter genom att ha börjat tillämpa metoden vid ca 10 sessioner. För att underlätta tillämpningen uppmuntras deltagare att utanför kursens ram skaffa professionell handledning mellan del 1 och del 2.

Den fjärde kursdagen i både del ett och del två har som syfte att repetera och integrera kursmaterialet och ge möjlighet till handledning/fallkonsultation.

Innehåll

- Bakgrund till EMDR-terapiens uppkomst och utveckling samt dess evidensbas
- Bakomliggande teoretisk modell för uppkomst av psykopatologi utifrån modellen för adaptiv informationsbearbetning
- Hypoteser om verkningsmekanismer vid EMDR-behandling
- Tillvägagångssätt och upplägg för behandlingsplanering
- Förberedelse av patient genom psykoedukation, träning i stabiliseringstekniker och resurstärkande metoder
- Genomgång och innehåll av behandlingsmodellens olika delfaser med dess syften och tillvägagångssätt
- Anpassningar av tillvägagångssätt för specifika patientgrupper, exempelvis för barn, vid mer komplex problematik och för patienter som är mer instabila.
- Aktuellt forskningsläge för tillämpning av EMDR för andra diagnosgrupper
- Videoinspelade terapisessioner för analys av olika behandlingsaspekter och interventioner.

- Praktisk träning då kursdeltagarna indelas i mindre grupper med en utbildad EMDR-handledare, så kallad facilitator, för varje grupp på nio-tolv personer. Deltagarna tränar på varandra i par eller triader utifrån egna erfarenheter genom tillämpning av EMDR-protokollet och med samtidig tonvikt på bibehållen integritet. Facilitatorn finns med som vägledare och handledare under hela praktikpassen.

Lärandemål

Kunskap och förståelse

- Redogöra för EMDR som psykoterapeutisk behandlingsmetod i åtta faser med ett strukturerat tillvägagångssätt utformat som ett protokoll.
- Redogöra för basala begrepp inom psykotraumatologi och dess implikationer för EMDR-terapi.
- Redogöra för EMDR-terapins bakomliggande teoretiska modell för uppkomst av psykopatologi, modellen för adaptiv informationsbearbetning
- Beskriva möjliga förklaringsmodeller för verkningsmekanismer vid EMDR-behandling.

Färdigheter och förmågor

- Göra differentialdiagnostiska överväganden och conceptualisera psykopatologi bakom PTSD och andra traumarelaterade störningar.
- Visa förmåga hur man lägger upp en behandlingsplan för relevanta traumaminnen.
- Ha kännedom om, kunna tillämpa behandlingsprotokollet och i praktiken kunna genomföra en EMDR-session.
- Visa kompetens att värdera när EMDR är lämplig och inte lämplig som behandlingsmetod.
- Identifiera känslomässigt under- och överengagemang i behandlingen och vid dessa situationer kunna tillämpa adekvata strategier som befrämjar bearbetning.
- Visa kännedom om hur metoden anpassas för speciella klientpopulationer, som exempelvis barn, vid akuta trauman och för patienter med komplex traumatisering och dissociativ problematik.

Värderingsförmåga och förhållningsätt

- Värdera EMDR-terapi som en psykologisk behandlingsmodell för individer som utvecklat symtom efter negativa livshändelser i form av exempelvis stressreaktioner, akuta traumareaktioner, posttraumatisk stress, PTSD och komplex traumatisering.

Kursen bedöms som godkänd/icke godkänd. Obligatorisk närvaro och aktivt deltagande krävs. Godkänt krävs också på praktiska övningar där deltagare ska visa att man kan tillämpa protokollet.

Kurserna hålls av någon av följande kursledare

Kerstin Bergh Johannesson, legitimerad psykolog och psykoterapeut och psykoterapihandledare, disputerad inom psykotraumatologi vid medicinsk fakultet. Hon har mångårig erfarenhet av behandlingsarbete med hela spektrat av traumarelaterade störningar, från akuta kriser och trauman till PTSD och komplex PTSD. Kerstin Bergh Johannesson har en internationell utbildning i EMDR med ackreditering från både EMDR Institute, grundat av Francine Shapiro, och från den professionella organisationen EMDR Europa.

Aline Braun är legitimerad psykolog och psykoterapeut. Hon har arbetat med EMDR sedan 2003 och är certifierad EMDR-handledare sedan 2013 samt ackrediterad EMDR Europe-trainer. Hon har främst arbetat inom psykiatri med komplex traumatiserade personer. Hon arbetar för närvarande på en traumaklinik specialiserad på flyktingtrauma samt PTSD-intensivbehandling.

Dessutom medverkar särskilt utbildade EMDR-handledare, så kallade facilitatorer.