



# ERICASTIFTELSEN

PSYKOTERAPI • UTBILDNING • FORSKNING

## Kursbeskrivning Eye Movement Desensitization and Reprocessing, EMDR terapi, del 1 och 2 samt EMDR för barn. 20 hp

### Kursens syfte

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 som förstahandsval vid behandling av PTSD. Metoden har utvecklats av dr Francine Shapiro, PhD, och är idag spridd över alla världsdelar. Metoden kan lätt anpassas till personer från olika kulturer och med olika kliniska förutsättningar. EMDR-terapi följer ett strukturerat tillvägagångssätt och ställer krav på behandlarens förmåga till diagnostisk kompetens och till tydlig struktur i kombination med en terapeutisk följsamhet.

Kursen, som utgör den godkända, standardiserade utbildningen i EMDR, syftar till att ge en teoretisk fördjupning i förståelsen, bedömningen och diagnosticeringen av traumarelaterade störningar, inklusive PTSD och så kallad "komplex PTSD", samt hur behandling med EMDR-terapi planeras, tillämpas och anpassas, dels i avgränsade och dels i mer komplexa traumarelaterade störningar. Kursen länkar in i relevanta forskningserfarenheter och följer riktlinjerna från EMDR Institute i USA. Utbildningen är ackrediterad av EMDR Europa. Efter genomgången godkänd utbildning av del ett och två kan deltagare kvalificera sig vidare för att bli certifierade EMDR-terapeuter i enlighet med EMDR Europas riktlinjer.

### Lärandemål

Efter genomgången utbildning ska deltagarna kunna

- göra differentialdiagnostiska överväganden och konceptualisera psykopatologi bakom PTSD och andra traumarelaterade störningar
- värdera EMDR terapi som en psykologisk behandlingsmodell för individer som traumatiserats av negativa livshändelser i form av stressreaktioner, akuta traumareaktioner, posttraumatisk stress, PTSD och komplex traumatisering
- redogöra för basala begrepp inom psykotraumalogi och dess implikationer för EMDR terapi
- redogöra för EMDR som psykoterapeutisk behandlingsmetod och dess bakomliggande teoretiska modell, modellen för adaptiv informationsbearbetning samt tillvägagångssättet utformad som ett protokoll i åtta faser.

- beskriva möjliga förklaringsmodeller för verkningsmekanismer vid EMDR-behandling
- visa förmåga att förbereda klienter på EMDR-behandling genom att tillämpa förberedande behandlingskomponenter som psykoedukation, adekvata stabiliseringsstrategier, och förklaring av behandlingsmodellen.
- 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, vid akuta trauman och för patienter med komplex traumatisering och dissociativ problematik.
- Kursen kommer att ha ett speciellt fokus på hur EMDR anpassas för barn och ungdomar

### Kursens innehåll

Kursen är uppdelad i tre delar där fokus för del ett är 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 två har fokus på hur EMDR terapin anpassas till barn och ungdomar med olika behov och olika utvecklingsnivåer.

Del tre har fokus 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. Både del ett och del två innehåller praktiska tillämpningsövningar.

Den fjärde kursdagen i både del ett och del två har som syfte att repetera och integrera kursmaterialet med fokus på att lyfta oklarheter och ge möjlighet till handledning.

De olika delkurserna kan sammanfattas enligt följande:

- Bakgrund till EMDR-terapins 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 träning i stabiliseringstekniker och resursstärkande metoder

- Genomgång och innehåll av behandlingens olika delfaser med dess syften och tillvägagångssätt
- Anpassningar av tillvägagångssätt för specifika patientgrupper, exempelvis för barn och unga i olika åldrar och sammanhang, vid mer komplex problematik och för patienter som är mer instabila.
- aktuellt forskningsläge för tillämpning av EMDR för andra diagnosgrupper
- Videoinspelade terapisesioner 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.

### Examination

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.

Individuell skriftlig hemtentamen bestående av en fallbeskrivning, omfattning 3 – 5 sidor med minst fem referenser till kurslitteraturen.

#### *Specifikt psykologer under specialistutbildning:*

*Individuell skriftlig hemtentamen av de deltagare som önskar tillgodoräkna sig utbildningen som en specialistkurs. Uppgiften ska omfatta 6 – 8 sidor, med minst fem forskningsrelaterade referenser. I examinationen ska psykologen kunna visa fördjupad förståelse för EMDR terapi genom att kunna resonera om hur den teoretiska modellen kan integreras i psykologisk praktik och behandlingsarbete, redogöra för behandlingskomponenterna i EMDR, värdera indikationer och kontraindikationer för EMDR terapi och hur behandlingen anpassas utifrån olika patienters förutsättningar, ålder och sammanhang.*

### Kursledare och examinator

*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.

Kursledare för EMDR med barn

*Margareta Friberg*, leg psykolog, leg psykoterapeut och psykoterapihandledare och av EMDR Europa ackrediterad trainer för EMDR med barn.

### Kursens omfattning och uppläggning

Kursen omfattar 10 heldagar uppdelade på tre delkurser: den allmänna delen om vardera två gånger tre dagar med vardera en uppföljningsdag samt två dagar för barndelen. Totalt ingår ca 70 lärarledda timmar. Undervisningsformerna är föreläsningar, analyser av inspelade terapisessioner samt praktiskt moment i mindre grupper genom tillämpning av EMDR-terapi där deltagarna växlar mellan att vara klient, terapeut och observatör. En förutsättning för del tre är att deltagarna har skaffat sig praktiska kliniska erfarenheter genom att ha börjat tillämpa metoden vid minst 10 sessioner.

### Behörighetskrav

Leg psykolog och/eller leg psykoterapeut med annan grundutbildning

### Litteratur

#### Kurslitteratur del 1

Shapiro, F. (2018). *Eye Movement Desensitization and Reprocessing: basic principles, protocols, and procedures*. Guildford Press, New York & London. 3<sup>rd</sup> edition. 600 sidor

Royle, L. & Kerr, C. (2010) *EMDR i klinisk praktik*. Lund: Studentlitteratur. 215 sidor

Tinker, R (1999) *Through the Eyes of a Child: EMDR with Children*. New York. Norton Professional Books US. 284 sidor

#### Kurslitteratur del 2 (barndelen)

Almqvist, Norlén & Tingberg (2019). *Barn, unga och trauma*. Natur och Kultur. 250 sidor

Tinker, R (1999) *Through the Eyes of a Child: EMDR with Children*. New York. Norton Professional Books US. 284 sidor

Morris-Smith, J. & Silvestre, M. (2014). "EMDR for the next generation – healing children and families" (2nd edition). 228 sidor.

#### Kurslitteratur del 3

Shapiro, F. (2018). *Eye Movement Desensitization and Reprocessing: basic principles, protocols, and procedures*. Guildford Press, New York & London. 3<sup>rd</sup> Edition. 600 sidor.

Royle, L. & Kerr, C. (2010) *EMDR i klinisk praktik*. Lund: Studentlitteratur. 215 sidor.

Knipe, J. (2014) *EMDR Toolbox: Theory and Treatment of Complex PTSD and Dissociation*. Springer Publishing Company. 256 sidor

Artiklar tillkommer

### **Rekommenderad fördjupningslitteratur**

Adler-Tapia, R. & Settle, C. (2008). *EMDR and the art of psychotherapy with children*. New York: Springer Publishing Company. 395 sidor

Dworkin, M. (2005). *EMDR & the relational imperative*. New York: Brunner Routledge. 298 sidor.

Forgash, C. & Copeley, M. (red). (2008). *Healing the heart of trauma and dissociation with EMDR and ego state therapy*. New York: Springer Publishing Company. 359 sidor

Leeds, A. (2016). *A Guide to the standard EMDR protocols for clinicians, supervisors and consultants*. New York: Springer Publishing Company. 445 sidor

Lovetts, J. (2007) *Small Wonders. Healing childhood trauma with EMDR*. New York: The Free Press. 229 sidor.

Lovetts, J. (2014) *Trauma- Attachment Tangle. Modifying EMDR to Help Children Resolve Trauma and Develop Loving Relationships*. New York: Routledge. Taylor & Francis Group. 329 sidor.

Shapiro, F. (2012). *Getting past your past*. New York: Rodale Publishers. 344 sidor