

## Traumafokuserad kognitiv beteendeterapi (TF KBT) 7,5 HP

Trauma-focused cognitive behavioral therapy (TF-CBT)  
(7,5 ECTS)

**Antal högskolepoäng:** 7,5 HP

**Nivå:** Avancerad nivå

**Studietakt:** 25 %

**Gäller från:** HT 2023

**Fastställt av:** Kursplanerådet Ericastiftelsen

**Fastställandedatum:** 2023-09-01

**Revideringsdatum:** 2023-09-01

### Allmän beskrivning av utbildningen

Barn som utsatts för svåra skrämmande händelser riskerar att utveckla allvarlig traumarelaterad problematik så som posttraumatisk stress (PTSD), depression, ångest, beteendeproblem, självskadebeteende m.m. Ofta påverkas hela familjesystemet negativt där återkommande konflikter och upplevelser av osäkerhet i föräldraskapet är vanligt förekommande. För många barn påverkas förmågan till inläring och koncentration vilket riskerar att försvåra skolarbetet. Det är inte ovanligt att barn upplever ett minskat intresse och glädje i tidigare positivt laddade situationer och många drar sig undan från vänner, lek och fritidsaktiviteter. I längden riskerar en obehandlad traumatisering att skapa ett stort lidande och negativa spiraler av isolering och konflikter i familjer med barn som utsatts för våld, övergrepp och andra trauman.

Traumafokuserad kognitiv beteendeterapi (TF KBT) är en lekfull och flexibel behandlingsmetod avsedd att bota/lindra traumarelaterad problematik hos barn och ungdomar (4-17 år). Metoden är evidensbaserad och rekommenderas av Socialstyrelsen som första val vid behandling av PTSD hos barn och unga. TF KBT är komponentbaserad men anpassningsbar och har sin grund i bland annat kognitiv beteendeterapi, anknytningsteori samt familjeterapeutiska interventioner. Samma terapeut träffar barnet/ungdomen och dess förälder eller annan omsorgsperson med intervall av minst 1 session/vecka. Omfattningen av behandlingen beror på graden av komplexitet i barnets situation men 12-20 veckor är vanligt.

### Betygsskala

Godkänd och icke godkänd

# Ericastiftelsen

Behandling, utbildning och forskning

## Omtentamen, överklagande av betyg

Kursdeltagaren har rätt till omtentamen vid högst två tillfällen. Planering för detta görs tillsammans med examinator. Detta gäller även för praktiska moment som terapi under handledning.

Överklagande av betyg sker i förekommande fall enligt Ericastiftelsens generella bestämmelse gällande omprövningsbeslut.

## Övergångsbestämmelser

Examination kommer att tillhandahållas under en tid av två år efter en eventuell nedläggning av kursen. Examination kan ske enligt tidigare litteraturlista under en tid av ett år efter den tidpunkt då en förnyelse av litteraturlistan gjorts.

## Förkunskapskrav

Kursen vänder sig till yrkesverksamma som i sitt arbete möter barn och unga i behov av psykologisk behandling till följd av skrämmande händelser, dvs anställda inom Barn- och Ungdomspsykiatri, Ungas psykiska hälsa/Första linjen eller liknande.

Utbildning omfattande minst 180 hp i människovårdande yrkesinriktning; som psykolog eller läkare alternativt socionom, sjuksköterska eller motsvarande med kompletterande grundläggande psykoterapeutisk KBT utbildning (Steg 1)

Inför utbildningsstart skall deltagarna med godkänt resultat ha genomfört webutbildningen på Medical University of South Carolinas hemsida: <https://tfcbt2.musc.edu/>. Kursen kostar 35 US dollar, vilket bekostas av arbetsgivaren.

## Kursvärdering

Kursvärdering sker i enlighet med kursledningens och sedvanliga rutiner på Ericastiftelsen.

## Kursens övergripande mål

Kursens övergripande mål är att deltagaren efter avslutad kurs ska ha förvärvat fördjupad kunskap och ha förmåga att bemöta, bedöma och behandla barn och unga som upplevt svåra skrämmande händelser.

## Lärandemål

Efter avslutad kurs ska deltagaren kunna:

### Kunskap och förståelse

- Beskriva hur traumarelaterad problematik kan ta sig uttryck i affekter, kognitioner och beteenden hos barn, ungdomar och vuxna.

# Ericastiftelsen

Behandling, utbildning och forskning

- Diskutera och använda centrala begrepp inom traumateori.
- Definiera verksamma mekanismer i behandling av traumarelaterad problematik.

## Färdighet och förmåga

- Genomföra bedömningar i att kartlägga och diagnostisera traumarelaterad problematik hos barn och familjer
- Tillämpa ett traumasensitivt förhållningssätt i mötet med barn, ungdomar och vuxna i bedömnings och behandlingssituationer.
- Tillämpa behandlingsprinciper för TF-KBT.

## Värderingsförmåga och förhållningssätt

- Motivera val av metod för bedömning och behandling av barn, ungdomar och vuxna med traumarelaterad problematik.
- Utveckla behandlingsinterventioner utifrån ett norm- och kulturellt medvetet förhållningssätt

## Innehåll

Fokus i kursen ligger på att ge studenterna en fördjupad förståelse för hur utsatthet för trauma kan påverka barn, unga och deras nära relationer, samt vikten av ett traumamedvetet terapeutiskt förhållningssätt. Vidare syftar kursen till att ge kunskap om behandlingsmetoden traumafokuserad KBT och erbjuder konkreta verktyg i syfte att bota/lindra traumarelaterad problematik hos barn och unga, i samarbete med dess förälder/omsorgsperson.

## Undervisnings- och arbetsformer

- Föreläsningar
- Praktiska övningar
- Rollspel
- Gruppsamtal
- Handledning på kliniskt behandlingsarbete i grupp

## Kurskrav

- Obligatorisk närvaro.
- Godkänt genomförande av minst tre behandlingar i vilka barn tillsammans med Förälder/omvårdnadsperson deltar

# Ericastiftelsen

Behandling, utbildning och forskning

## Examinationsformer

Examinationer sker genom:

- Aktivt deltagande i undervisning, seminarier, rollspel och diskussioner i grupp
- Individuell skriftlig inlämningsuppgift

## För 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 visa fördjupad förståelse för TF-KBT-psykoterapi genom att kunna resonera om hur den teoretiska modellen kan integreras i psykologisk praktik och behandlingsarbete, redogöra för behandlingskomponenterna i TF-KBT, värdera indikationer och kontraindikationer för TF-KBT terapi, reflektera och värdera kring differentialdiagnostiska överväganden och hur behandlingen anpassas utifrån olika patienters förutsättningar, ålder och sammanhang.
- För psykologer som önskar examineras inom specialistutbildningen tillkommer en extra kostnad.

## Litteraturlista

- Almqvist, K., Norlén, A. & Tingberg, B. (2019) *Barn, unga och trauma. Att uppmärksamma, förstå och hjälpa*. Natur och Kultur
- Cohen, J., Mannarino, A. & Deblinger, E. (2021). Behandling av trauma och traumatisk sorg hos barn och ungdomar: 2:a utgåvan. Natur och kultur
- Cox, S., Parkinson, S., Herbert, J., Tucker, E., Octoman, O. & Bromfield L. (2025). Trauma-focused cognitive behavioral therapy for children and young people who have experienced forms of child maltreatment other than child sexual abuse: A review of the evidence. *Children and Youth Services Review, volume 170 (2025) 108159*
- Onsjo, M., Strand, S. & Axberg, U. (2022). No child is an island – the life situation before and during treatment for children exposed to family violence. *Human Systems Volume 2, Issue 2, May 2022, Pages 64-81*
- Onsjo, M., Strand, S. & Axberg, U. (2023). Children subjected to family violence: A retrospective study of experiences of trauma-focused treatment, *Clinical Child Psychology and Psychiatry Volume 28, Issue 3, July 2023, Pages 1135-1149*
- Wennerberg, T. (2010) *Vi är våra relationer: om anknytning, trauma och dissociation*. Natur och Kultur

# Ericastiftelsen

Behandling, utbildning och forskning