IHPU – PSYKOLOGIUTBILDARNA
PSYKOLOGFÖRBUNDET

Specialistkurs i EMDR, 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 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 6 heldagar plus fyra handledningstillfällen, uppdelade i två delkurser om vardera tre utbildningsdagar och två handledningsdagar. Handledningen är uppdelad på två tillfällen och omfattar fem timmar efter del 1 och fem timmar efter del 2, totalt 10 timmar. Deltagarna förväntas utföra praktiskt kliniskt arbete mellan delkurserna. Totalt ingår ca 54 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. Särskild tonvikt läggs på bibehållen integritet. Praktikpassen leds av legitimerad psykolog eller psykoterapeut med utbildning i EMDR-handledning, så kallade facilitatorer.

Kursen följer riktlinjerna från EMDR Europa. Utbildningen är ackrediterat av EMDR Europa och godkänd av EMDR Sverige.

För att erhålla ett kursintyg är närvaro under utbildningen på plats och vid samtliga handledningstillfällena obligatorisk. Godkänt krävs på praktiska övningar där deltagare ska visa att man kan tillämpa protokollet.

Efter genomgången godkänd utbildning av del ett och del två kan deltagare även kvalificera sig vidare för att bli certifierade EMDR-terapeuter i enlighet med EMDR Europas riktlinjer. De tio timmarna handledning inom ramen för delkurserna kan tillgodoräknas vid framtida certifieringsansökan.

Målgrupp

- Legitimerade psykologer

Upplägg

Kursen är uppdelad i två delar En delkurs i EMDR omfattar tre kursdagar på plats samt två tillfällen med 2,5 timmar handledning per tillfälle.

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.

Handledning

De två handledningsdagarna i både del ett och del två har som syfte att integrera kursmaterialet genom handledning. Deltagarna kommer därvid att delas upp i mindre grupper för en halvdags handledning vid två tillfällen med cirka en månads mellanrum.

Innehåll

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

Färdigheter och förmågor

- Göra differentialdiagnostiska överväganden och konceptualisera psykopatologi bakom PTSD och andra traumarelaterade störningar.
- Visa förmåga hur man lägger upp en behandlingsplan för relevanta traumaminnen.
- Ha kännedom om och 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 komplexa trauman och dissociativ problematik.

Värderingsförmåga och förhållningsätt

- Värdera EMDR-terapi som en psykologisk behandlingsmodell för individer som utvecklat symtom efter negativa livshändelser i form av 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.

Vid specialistkursen krävs examination i form av skriftlig hemtentamen efter avslutade obligatoriska moment.

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.

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