



## Specialistkurs i EMDR

Detta är IHPUs specialistkurs i terapiformen Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR). Kursen är ackrediterad inom specialistordningen för psykologer och räknas som två fördjupningskurser inom specialiteten psykologisk behandling/psykoterapi. Kursen kan även godkännas för en enskild STP-psykolog som genomgår andra specialiseringar utifrån individuell bedömning av övriga meriter.

### Om kursen

Kursen omfattar totalt 8 heldagar uppdelade i två delkurser om vardera tre utbildningsdagar och en uppföljningsdag med praktiskt arbete 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.

För att kursen ska godkännas som specialistkurs krävs deltagande på både del ett och två samt att en avslutande examination har genomförts och godkänts. Det går således inte att tillgodoräkna sig enbart en del som specialistkurs.

Kursen följer riktlinjerna från EMDR Institute i USA och EMDR Europa. 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.

### Bakgrund

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.

## 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, 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 traumor 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 stressreaktioner, akuta traumareaktioner, posttraumatisk stress, PTSD och komplex traumatisering.

## Upplägg

Specialistkursen 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.

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.

## 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.

## 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.

Efter avslutade kurser görs en skriftlig hemtentamen av de deltagare som önskar tillgodoräkna utbildningen som en specialistkurs. Uppgiften ska utgå från en fallbeskrivning, omfatta 6 – 8 sidor, med minst fem referenser relaterade till kurslitteraturen och vetenskapliga artiklar.

I examinationen ska psykologen 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, reflektera och värdera kring differentialdiagnostiska överväganden och hur behandlingen anpassas utifrån olika patienters förutsättningar, ålder och sammanhang.

## 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 facilitators.

## Kurslitteratur på 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
- Artiklar tillkommer

### Kurslitteratur på del 2

- 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:

- Shapiro, F. (2012). *Getting past your past*. New York: Rodale Publishers. 344 sidor.
- Dworkin, M. (2005). *EMDR & the relational imperative*. New York: Brunner Routledge.
- Forgash, C & Copeley, M. (2008). *Healing the heart of trauma and dissociation with EMDR and Ego State Therapy*. New York: Springer Publishing Company.