

WiseMind AB

# KRISPSYKOLOGI

– att förhindra posttraumatiskt stressyndrom



## MONTENEGRO

28 juni- 2 juli 2018

*Republiken Montenegro är belägen vid Adriatiska havets kust, vid gränsen till Kroatien. Naturen är storslagen med mäktiga berg som höjer sig över det turkosblå havet. Kursen är förlagd till kuststaden Herceg Novi och Hotel Palmon Bay & Resort. Herceg Novi består av en äldre stadskärna med en historia tillbaka till 1400-talet, samt en nyare del, Igalo. Den gamla stadsdelen är byggd runt två torg, omgivna av trånga gränder med mysiga caféer och restauranger och med läcker mat till låga priser jämfört med i Sverige. Längs med havspromenaden finns flera mindre grusstränder och anlagda badplatser.*

**Det finns en rad evidensbaserade psykologiska behandlingsmodeller för posttraumatiskt stressyndrom (PTSD)** men forskningen är fortfarande i sin linda kring förebyggande insatser av PTSD. Efter att debriefing inte har visat sig kunna förebygga PTSD utan även tom. kunna förvärra symtomen så har internationella riktlinjer handlat om att tillhandahålla psykologisk första hjälpen i det akuta skedet efter ett nyligt trauma. Det har också kommit mer forskning på både farmakologiska och psykologiska interventioner som visat preliminära goda resultat.

Som vårdpersonal är det lätt att bli osäker på vad man ska göra när man träffar människor som nyligen varit med om ett trauma eller är i svår kris, om man vågar

prata om det inträffade eller inte. Denna utbildning syftar till att ge en genomgång av de senaste rönen inom krispsykologi samt tidiga psykologiska och farmakologiska interventioner i att förebygga PTSD. Utbildningen kommer också beröra hur bedömning av behandlingsbehov efter trauma bäst görs.



**Lärare på kursen är Maria Bragesjö**  
leg. psykolog och specialist i klinisk

psykologi, leg. psykoterapeut och doktorand på Karolinska institutet. Maria har mångårig erfarenhet av behandling av PTSD och är certifierad trainer i prolonged exposure av dr Edna Foa. I sin forskning bedriver Maria ett projekt som handlar om att utvärdera en ny tidig psykologisk intervention som bygger på prolonged exposure för att se om denna kan förebygga PTSD.

#### **Kursens innehåll:**

- Genomgång av normala och patogena psykologiska reaktioner efter trauma
- Riskfaktorer i utvecklandet av PTSD.
- Screeninginstrument i den kliniska bedömningen av traumapatienter.
- Känslöbearbetningsteorin bakom utvecklingen av PTSD och hur denna modell kan appliceras i ett tidigt skede efter trauma.
- Genomgång av minneskonsolidering utifrån ett molekylärt, cellulärt och neurovetenskapligt perspektiv och förstå hur denna kunskap kan användas för att utveckla tidiga psykologiska interventioner efter trauma
- Genomgång av det empiriska stödet för psykologiska, farmakologiska och experimentella modeller för prevention av PTSD.
- Diagnosticering av PTSD med hjälp av standardiserad intervju (CAPS)

#### **Kursens omfattning och upplägg**

Kursen omfattar 32 lektionstimmar och sträcker sig över fem dagar. Varje dag är uppdelad i ett förmiddagspass och ett sent eftermiddagspass förutom dag tre då deltagarna på egen hand ägnar sig åt inläsning och förberedelser inför kursens sista två dagar. Undervisningsformer är föreläsning, gruppdiskussioner samt praktiska övningar.

**Kursen vänder sig till** psykologer, psykoterapeuter, allmänläkare, psykiater, socionomer, psykiatrijuksköterskor, sjukgymnaster och andra kliniskt verksamma med grundläggande psykoterapiutbildning.

## Kurslitteratur

Bragesjö, M, Holmes, E. A, Arnberg, F & Andersson, E. Primary prevention and epidemiology of trauma- and stress related disorder. Kapiteli New Oxford Textbook of Psychiatry, in press.

Michel P-O. (red.) (2018) Psykotraumatologi. Stockholm: Studentlitteratur.

Ozer, E.J., et al., Predictors of posttraumatic stress disorder and symptoms in adults: a meta-analysis. Psychol Bull, 2003. 129(1): p. 52-73.

Sijbrandij, M., et al., Pharmacological prevention of post-traumatic stress disorder and acute stress disorder: a systematic review and meta-analysis. Lancet Psychiatry, 2015. 2(5): p. 413-21.

Rothbaum, B.O., et al., Early intervention may prevent the development of posttraumatic stress disorder: a randomized pilot civilian study with modified prolonged exposure. Biol Psychiatry, 2012. 72(11): p. 957-63.

Iyadurai, L., et al., Preventing intrusive memories after trauma via a brief intervention involving Tetris computer game play in the emergency department: a proof-of-concept randomized controlled trial. Mol Psychiatry, 2017.

## Kursavgift

7 400 kr + moms inklusive välkomstmiddag, lunch samt för och eftermiddagsfika under kursdagarna. Kurslitteratur ingår ej. *Observera att flyg och boende inte ingår i kursavgiften.* Info och priser för resan, se nedan.

## Flyg och hotell



Kursen är förlagd till fyrstjärniga *Palmon Bay Hotel & Resort* i Herceg Novi. Hotellet ligger vackert beläget vid havet i den nyare stadsdelen Igalo och med utsikt över Kotorbukten. Hotellet har en egen stranddel, poolanläggning, inomhuspool, jacuzzi, massage och en rad spabehandlingar. Rummen har luftkonditionering, minibar, TV, WiFi och kassafack.



Kontakta WiseMind ( [info@wisemind.se](mailto:info@wisemind.se) eller 070-3653575 ) om Du önskar boka följande paketresor på 1 eller 2 veckor som Solresor erbjuder WiseMinds kunder.

Flyg från Arlanda 26 juni-3 juli 2018

Fyrstjärniga Palmon Bay Hotel & Spa [www.palmonbayspa.com](http://www.palmonbayspa.com)

Del i dubbelrum med balkong och frukost, mat på flyget samt busstransfer t/r flygplats: *8085 kr per person*

Enkelrumstillägg *1575 kr*

Havsutsikt *400 kr*

Avbeställningsskydd *225 kr*

Försäkring *255 kr*

**Vill du boka 2 veckor med utresa från Arlanda 19 juni eller 26 juni är priset för**

Del i dubbelrum med balkong och frukost, mat på flyget samt busstransfer t/r *13 085 kronor per person.*

Enkelrumstillägg *3150 kr för 2 veckor*

Havsutsikt *800 kr för 2 veckor*

### **Information och kursanmälan**

WiseMind AB, [www.wisemind.se](http://www.wisemind.se) [info@wisemind.se](mailto:info@wisemind.se) mobil 0702652575.

Anmäl dig genom att fylla i formuläret på [www.wisemind.se](http://www.wisemind.se) under Kontakt och kursanmälan. Senast 1 maj 2018

