

Wise Mind AB

# PROLONGED EXPOSURE



Specialistkurs i klinisk psykologi ackrediterad av Psykologförbundet

Stockholm, 20-23 januari och 19-20 februari 2015

## Kursens syfte

Prolonged exposure, PE är den metod som har starkast forskningsstöd i behandling av PTSD. Metoden har utvecklats av forskaren och klinikern Dr Edna Foa, Ph.D., Center for the Treatment and Study of Anxiety, Philadelphia, USA och har utvärderats i många länder för klienter med olika kulturell bakgrund. Metoden är höggradigt strukturerad och ställer krav på behandlarens förmåga att vara tydlig, våga exponera klienten samt upptäcka undvikanden under terapiesessionen. Kursens syftar till att ge teoretisk och praktisk fördjupning i evidensbaserad behandling av PTSD vad gäller diagnostik, bedömning och behandling, samt specialistkompetens i PE.

Kursen bygger på den senaste forskningen på området och är "approved by" Center for the Treatment and Study of Anxiety, Philadelphia, USA där dr Foa verkar. Detta innebär att deltagarna efter genomgången godkänd utbildning kvalificerar sig för att om så önskas bli certifierade i metoden av Dr Foa. Detta sker genom handledning av certifierad handledare i Prolonged exposure på två till tre fall. Denna handledning erbjuds också som en specialistkurs.

## Lärandemål

Efter genomgången kurs förväntas psykologen kunna

- Redogöra för det empiriska stödet för psykologisk behandling för PTSD

- Diagnosticera PTSD, differentialdiagnostiska överväganden och psykopatologi bakom PTSD
- Känslbearbetningsteorin bakom utvecklingen av PTSD
- Redogöra för behandlingskomponenterna i Prolonged exposure: psykoedukation, andningsträning, in-vivoexponering för relativt säkra, men pga traumat, undvikna situationer och imaginativ exponering för minnen av traumatiska händelser med efterföljande bearbetning
- Välja relevant måltraumaminne
- Välja relevanta "hot spots" eller brännpunkter och implementera dem.
- Hjälpa patienterna att känslomässigt engagera sig i och bearbeta traumatiska minnen, med syfte att minska traumarelaterade symptom och svårigheter
- Identifiera och arbeta med undvikanden i och mellan sessionerna
- Identifiera och arbeta med känslomässigt under- och överengagemang i behandlingen
- Planera för att genomföra PE med patienter som lider av alla typer av trauma, om hur man underlättar ett effektivt känslomässigt engagemang under imaginativ exponering och hur standardförfaranden kan anpassas för att titrera känslomässiga reaktioner
- Använda Prolonged exposure på ett säkert sätt med patienter med suicidalt och självskadande beteende.

#### **Kursens innehåll:**

- Genomgång av alla behandlingens komponenter med fokus på att lära sig dess grunder.
- Hur Prolonged exposure kan modifieras utifrån hur klienten svarar på behandlingen.
- Hur fokus kan hållas på att behandla PTSD med bibehållen flexibilitet, samtidigt som manualen följs.
- Hur Prolonged exposure på ett säkert sätt kan användas med patienter med suicidalt och självskadande beteende, och en genomgång i de överväganden som då behöver göras.

- Praktisk träning i de olika behandlingskomponenterna med andra deltagare med återkoppling från lärare
- Analyser av segment av videoinspelade terapisesioner som genomförs av experter som illustrerar alla PE- terapikomponenter

### **Examination**

Kursen kommer att bedömas som godkänd/icke godkänd. Obligatorisk närvaro och aktivt deltagande vid samtliga moment. Dessutom krävs godkänt på praktiska övningar (rollspel, uppgifter) samt skriftlig tentamen.

### **Kursledare och lärare**

*Maria Bragesjö*, legitimerad psykolog och legitimerad psykoterapeut med mångårig erfarenhet av att behandla patienter med PTSD med olika typer av trauman, framförallt med en komplex patientgrupp där suicidalt och självskadebeteende frekvent förekommer. Maria Bragesjö har utbildning i Prolonged exposure både i Sverige och USA, och är certifierad i metoden, som handledare och som "trainer" av Edna Foa.

### **Examinator**

*Eva Hedenstedt*, leg psykolog, specialist i klinisk psykologi, leg psykoterapeut samt lärare och handledare i psykoterapi.

### **Kursens omfattning och uppläggning**

Kursen omfattar 6 heldagar uppdelade på två tillfällen om fyra respektive två heldagar. Totalt ingår 42 lärarledda timmar. Undervisningsformerna är föreläsningar, analyser av videobandade terapisesioner samt praktiska övningar av behandlingskomponenterna i PE.

### **Behörighetskrav**

Leg psykolog med grundläggande kunskaper i KBT.

### **Litteratur**

Chiles, J.A., & Strosahl, K.D. (2004) *Clinical Manual for Assessment and Treatment of Suicidal Patients*. American Psychiatric Press Inc.

Foa, E. B., Hembree, E.A. & Rothbaum, B.O. (2013) *Emotionell bearbetning vid PTSD. Terapeutmanual vid traumafokuserad KBT*. Natur och Kultur

Follette, V.M.J.& Ruzek, J.I. (2006) *Cognitive-Behavioral Therapies for Trauma*. Second Edition Guilford Press, 2006

Foa, E.B., Gillihan, S. J. & Bryant, R. A. Challenges and Successes in Dissemination of Evidence-Based Treatments for Posttraumatic Stress: Lessons Learned From Prolonged Exposure Therapy for PTSD. (2013) *Psychological Science in the Public Interest*, p 1–47

Harned ,M.S., Korslund, K.E., Foa, E.B. & Linehan, M.M. Treating PTSD in suicidal and self-injuring women with borderline personality disorder: Development and preliminary evaluation of a Dialectical Behavior. (2012) *Behaviour Research and Therapy* 50 p 381-386

McLean, C.P. & Foa, E.B. Prolonged exposure therapy for post-traumatic stress disorder: a review of evidence and dissemination. (2011) *Expert Rev. Neurother.* 11(8), 1151–1163

Rothbaum, B.O., Foa, E.B. & Hembree E.A. (2013). *Ta tillbaka till ditt liv: Vägar till återhämtning efter en traumatisk upplevelse*. Natur och Kultur

Artiklar tillkommer.

**Plats** Ersta konferens och hotell, Erstagatan 1K, Stockholm

**Pris** 16 400 kr + moms inklusive examination, lunch och för- och eftermiddagsfika samtliga kursdagar. Kurslitteratur ingår ej i priset. Handouts och annat kursmaterial skickas ut via epost och deltagarna skriver själva ut.

**Information och anmälan:**

[www.wisemind.se](http://www.wisemind.se) [info@wisemind.se](mailto:info@wisemind.se) 070-2652575, 08-6856050

Sista anmälningsdag 1 december 2014.