

# SMÄRTA

## PSYKOLOGISK BEDÖMNING OCH BEHANDLING

Stockholm 13-15 september, 26-27 oktober och 24 november 2017

### **Kurskod RA 2243**

*Kursen är ackrediterad/godkänd som en fördjupningskurs inom inriktningen psykologisk behandling/psykoterapi. Det kan innebära att kursen också kan tjäna som specialistkurs för andra inriktningar som breddkurs.*

*Kursen välkomnar även legitimerade psykologer som inte går specialistutbildning och som "endast" vill fortbilda sig i ämnet.*

### **Kursens syfte**

Målet med kursen är att ge fördjupade kunskaper om psykologins betydelse vid smärta och vilken roll du som psykolog kan spela vid bedömning och behandling av smärta. Kursen är på avancerad nivå och fokuserar på psykologiska faktorer i smärta, hur psykologiska riskfaktorer kan identifieras och hanteras samt psykologiska behandlingsmetoder vid smärtproblematik. Huvudfokus under behandlingsdelen kommer ligga på kognitiv beteendeterapi (KBT) vid akut och långvarig icke-specifik muskuloskeletal smärta.

Kursen innehåller såväl teoretiska som praktiska moment, och har en tydlig forskningsgrund. Samtliga lärare har gedigen kunskap och erfarenhet av kliniskt arbete och/eller forskning inom området och består av legitimerade psykologer, och disputerade forskare i psykologi.

### **Lärandemål**

Efter avslutad kurs förväntas psykologen kunna:

- Utförligt reflektera kring vilken roll psykologiska faktorer kan spela i upplevelse och hantering av smärta
- Redogöra för de viktigaste psykologiska riskfaktorerna vid smärta, hur de uttrycker sig, och vilken roll de spelar i utvecklingen från akuta till långvariga smärtproblem
- Välja ut rimliga bedömningsinstrument för att identifiera psykologiska riskfaktorer
- Självständigt bedöma graden av psykologiska riskfaktorer hos klienter med smärtproblematik, samt föreslå lämpliga åtgärder
- Reflektera kring befintlig evidens för psykologiska behandlingsmetoder vid smärta

- Lägga upp ett psykologiskt behandlingsprogram för klienter med långvarig, icke-specifik smärta
- Reflektera kring psykologens roll i förhållande till andra yrkeskategorier vid behandling av smärta
- Översiktligt redogöra för fysiologiska mekanismer vid långvarig, icke-specifik muskuloskeletal smärta
- Uppvisa fördjupade färdigheter i att tillämpa motivationsarbete samt psykologiska behandlingsverktyg vid smärta

### Kursens innehåll

Under kursen kommer föreläsningar varvas med praktiska moment, såsom rollspel, övningar och arbete med fiktiva fallbeskrivningar. Följande moment ingår i kursen:

1. **Smärtans psykologi:** Historisk och teoretisk bakgrund till smärtans psykologi. Aktuella modeller över psykologiska faktorerens betydelse vid smärta. Befintligt forskningsstöd för psykologiska faktorerens betydelse i upplevelse och hantering av smärta.
2. **Bedömning:** Utredning och bedömning av psykologiska riskfaktorer hos klienter med smärta. Tillvägagångssätt vid hantering och bedömning av klinisk intervju, screeningformulär, riskfaktorspecifika formulär samt beteendeobservation. Lämpliga åtgärder utifrån bedömning av psykologiska riskfaktorer.
3. **Samarbete:** Andra yrkeskategoriers roll i bedömning och behandling, och hur psykologen kan samarbeta och komplettera dem. Psykologens roll i multidisciplinära team. Grundläggande fysiologiska aspekter vid långvarig, icke-specifik muskuloskeletal smärta.
4. **Behandling:** Överblick över psykologiska behandlingsmetoder vid smärta, och befintlig evidens. Olika behandlingsalternativ och tillvägagångssätt vid val av åtgärd. Psykologens roll under behandling.
5. **Motivationsarbete:** Kommunikationsverktyg för att främja engagemang hos klienter med smärtproblematik. Psykoedukation samt målsättning med klienter med smärtproblematik.
6. **Behandlingsverktyg:** Psykologiska behandlingsverktyg vid smärta och befintlig evidens. Prioritering av behandlingsverktyg. Praktiskt genomförande av psykologisk behandling vid smärta.

### Kursens omfattning och upplägg

Kursen motsvarar 7.5 högskolepoäng och omfattar 36 lektionstimmar uppdelade på tre tillfällen. Totalt ingår 32 lärarledda lektionstimmar för undervisning och 4 lektionstimmar för examination.

## **Examination**

Kursen kommer att bedömas som godkänd/icke godkänd. För godkänt krävs närvaro och aktivt deltagande vid samtliga moment. Dessutom krävs godkänt på praktiska övningar (rollspel, uppgifter) samt skriftlig tentamen. Max en dags frånvaro kan kompletteras skriftligt eller via Skype-deltagande. Mer än 1 dags fysisk frånvaro kan endast kompenseras genom deltagande vid nästa tillfälle som kursen ges.

## **Kursansvarig och examinator**

### *Kursansvariga*

Ida Landström Flink, docent i psykologi, leg. psykolog, Örebro universitet

Sofia Bergbom, fil. dr i psykologi, leg. psykolog, Örebro universitet

### *Examinator*

Ida Landström Flink, docent i psykologi, leg. psykolog, Örebro universitet

## **Målgrupp**

Leg psykologer med grundläggande teoretisk och praktisk kunskap i kognitiv beteendeterapi.

## **Kurslitteratur**

Hasenbring, M.I., Rusu, A.C., & Turk, D.C. (2012). *From acute to chronic back pain*. New York: Oxford University Press. (Kap 11-14, 23-24, 28-30; 256 sidor).

Main, C.J., Sullivan, M.J.L., & Watson, P.J. (2008). *Pain Management, 2<sup>nd</sup> edition*. Philadelphia: Elsevier. (426 sidor).

Vlaeyen, J., Morley, S., Linton, S.J., Boersma, K., & de Jong, J. (2012). *Pain-Related Fear: Exposure-based Treatment for Chronic Pain*. Seattle: IASP Press. (196 sidor).

Artiklar tillkommer, ca 200 sidor.

**Plats:** Ersta konferens & hotell, Erstagatan 1, Stockholm

**Pris:** 17 000 kr + moms inklusive lunch och för- och eftermiddagsfika.

Kurslitteraturen ingår inte. Kursdeltagarna skriver själva ut och tar med åhörarkopior, artiklar med mera.

## **Information och anmälan**

[www.wisemind.se](http://www.wisemind.se) under Kontakt och kursanmälan eller [info@wisemind.se](mailto:info@wisemind.se), 08-6856050, 070-2652575 *Sista anmälningsdag 2017-08-05*