

## **Prolonged exposure för PTSD**

### **Specialistkurs för psykologer**

#### **Kursens syfte**

Kursen riktar sig till psykologer med KBT-inriktning som vill fördjupa sina kunskaper i Prolonged Exposure (PE). PE är enligt Socialstyrelsens nya riktlinjer förstahandsval vid behandling av posttraumatiskt stressyndrom (PTSD). Metoden har utvecklats av Dr Edna Foa, Ph.D., och har utvärderats i många olika länder och sammanhang.

Kursen syftar till att ge teoretisk och praktisk kunskap i diagnostik, bedömning och behandling av PTSD, samt specialistkompetens i PE. PE är en strukturerad behandling som innefattar psykoedukation, kontrollerad andning, exponering in vivo, imaginativ exponering och vidmakthållandeprogram. Kursen bygger på den senaste forskningen på området och är godkänd av Center for the Treatment and Study of Anxiety, Philadelphia, USA där dr Foa verkar. Det innebär att deltagarna efter genomgången godkänd utbildning kvalificerar sig för att, om så önskas, bli certifierade i metoden. Detta sker genom handledning av certifierad handledare i Prolonged exposure på två till tre fall och om intresse finns för detta är det möjligt att vi ansöker om att ackreditera även detta som specialistkurs.

Kursen är ackrediterad av Psykologförbundet som 1 av 6 specialistkurser, som fördjupningskurs inom specialiteterna *Psykologisk behandling/Psykoterapi* och *Klinisk vuxenpsykologi*. Kursen kan komma att tillgodoräknas som breddkurs beroende på studentens individuella studieplan.

#### **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
- Utbildning i Clinician Administered PTSD Scale for DSM-5 (CAPS-5), en strukturerad klinisk intervju som anses vara golden standard vid bedömning av PTSD.

## Lärandemål

Efter genomgången kurs förväntas psykologen kunna:

- Redogöra för det empiriska stödet för psykologisk behandling för PTSD.
- Diagnosticera PTSD med hjälp av CAPS-5, göra 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.

## Omfattning och upplägg

Kursen omfattar sex heldagar av teori och praktik, inklusive examination den sista dagen. Under dagarna varvas föreläsningar, analyser av videobandade terapisesioner samt praktiska övningar av behandlingskomponenterna i PE. Totalt ingår 42 lärarledda timmar. Innan kursen ska deltagarna ha genomfört en onlineutbildning i CAPS-5 på ca 3 h.

## Datum

Höstterminen 2019 är datumen 16-17/9, 23-24-25/9 och 21/10.

## Examination

Kursen kommer att bedömas som godkänd/icke godkänd. För att bli godkänd gäller obligatorisk närvaro och aktivt deltagande vid samtliga moment. Dessutom krävs godkänt på praktiska övningar (rollspel, uppgifter, seminarium) samt skriftlig tentamen. Frånvaro vid mindre än en dag kompletteras med skriftlig uppgift, frånvaro vid mer än en dag kompletteras genom deltagande vid annan kursomgång.

### **Kursledare**

Maria Bragesjö, legitimerad psykolog, legitimerad psykoterapeut och doktorand 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. Maria är också doktorand vid Karolinska institutet och forskar på preventiva insatser för att förebygga PTSD.

### **Övriga lärare**

Kristina Bondjers, legitimerad psykolog vid Kunskapscentrum för katastrofpsykiatri och doktorand vid Institutionen för neurovetenskap, kommer att ansvara för momentet om bedömning av PTSD.

### **Examinator**

Gerhard Andersson

### **Behörighetskrav**

Leg psykolog med grundläggande kunskaper i KBT.

### **Evidensbaserad psykologisk praktik**

PE är en väl utvärderad metod som har god evidens vid PTSD-behandling av PTSD. Kursen är uppbyggd utefter den senaste forskningen på området och litteraturen är författad av experter inom området. Kursböckerna kompletteras med aktuella artiklar på området. Både innehåll och litteratur motsvarar därmed väl kraven på evidensbaserad psykologisk praktik.

### **Plats**

Centrala Malmö.

### **Pris**

20.500 kr + moms inklusive för- och eftermiddagsfika. Kurslitteratur ingår inte och deltagarna ansvarar själva för att skriva ut åhörarkopior och annat material.

Anmälan är bindande men platsen går att överlåta till någon annan.

### **Litteratur** (aktuella artiklar kommer att tillkomma)

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

Cooper, A.A., Clifton, E. G., Feeny, N.C. (2017). An empirical review of potential mediators and mechanisms of prolonged exposure therapy. Clinical Psychological Review, 56, p 106-121

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

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

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

McLean, C.P. & Foa, E.B. (2011). Prolonged exposure therapy for post-traumatic stress disorder: a review of evidence and dissemination. *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.

Besök gärna [www.kbtpsikologerna.com](http://www.kbtpsikologerna.com) för mer information.