



www.emdr-academy.se



## **BLI CERTIFIERAD EMDR PRACTITIONER**

En unik utbildning för dig som önskar mer evidens och snabba resultat!

### **EMDR UTBILDNING -bli certifierad EMDR practitioner**

En unik EMDR utbildning utifrån KBT perspektiv för dig som önskar mer evidens och snabba resultat!

#### **Målgrupp**

Utbildningen är främst riktad till legitimerad hälso- och sjukvårdspersonal; psykologer, läkare, kuratorer, sjuksköterskor och barnmorskor. Utbildningen kan även genomföras av erfarna socionomer, beroende- och sorgsterapeuter. [Läs kraven här.](#)

#### **Hösten 2023**

##### **Steg 1 grundutbildning, 5 dagar**

**Datum** 12 & 13 oktober, 9 & 10 november och 11 december kl 8:45-16:30

**Plats** Göteborg, 11 december online

**Pris** 16 250 kr exklusive moms

Programpunkter se längre ner.

##### **Steg 2 avancerad utbildning, 5 dagar**

**Datum** 18,19 & 20 oktober, 13 & 14 november kl. 8:45-16:15

**Plats** Malmö

**Pris** 17 950 exklusive moms

## Våren 2024

### Steg 1 grundutbildning

**Datum** 22 & 23 januari, 29 februari, 1 mars, 12 april kl 8:45-16:30

**Plats** Stockholm, 12 april online

**Pris** 16 750 kr exklusive moms

### Vad ingår i priset?

För- och eftermiddagsfika samt lunch alla kursdagar. Kursmaterial och handouts erhålles via utbildningens kursportal för egen utskrift. Kurslitteratur och handledning ingår ej i priset.

### Anmälan

Anmäl dig via [länken](#). Begränsat antal platser. Varmt välkommen! Vid frågor gällande utbildningarna mejla gärna på [info@emdrutbildningar.se](mailto:info@emdrutbildningar.se)

### 1 Steg 1 Program och innehåll

- Vad är EMDR, EMDR 2.0 och EMDR+ och hur fungerar det?
- Diagnostik, bedömning, indikationer och kontraindikationer
- Grundprotokoll - steg för steg
- Välj relevanta traumaminnen
- Desensibilisera genom visuella, auditiva och kinestetiska stimuli
- Enstaka och multipla trauman
- Flash forwards
- Mentala videochecks
- Future template
- Brain training/guidad meditation
- Beteende experiment (KBT)
- Trauma tapping
- Förlåtelseprocess
- Tips & tricks

## Steg 2 Program och innehåll

- Komplex PTSD
- The Flash
- RDI protokoll
- Cognitive interweave
- Sökstrategier vid komplexa upprepade trauma
- Brain training
- Trauma tapping avancerad
- EMDR - fobiprotokoll
- Brainspotting
- Rescripting
- Digital EMDR
- Tips & tricks

## Vad är EMDR?

EMDR är en förkortning av Eye Movement Desensitization and Reprocessing. Metoden introducerades 1989 av den amerikanska psykologen Francine Shapiro som en snabb, effektiv och evidensbaserad behandlingsmetod för bland annat PTSD. Forskning visar att EMDR effektivt kan användas för såväl vuxna och ungdomar som små barn. EMDR är en protokollbaserad metod som bland annat använder ögonrörelser, lägger fokus på känslor, tankar och fysiska förnimmelser i relation till traumat. Den centrala delen av proceduren är att återkalla en bild av en traumatisk händelse medan klienten samtidigt gör ögonrörelser och eller andra aktiviteter som belastar arbetsminnet. Resultatet är att det sätter igång en läkande process där laddningen och intensiteten av ett traumatiskt minne minskar märkbart.

## Varför EMDR?

I många länder har EMDR fått stor efterfrågan hos klienter. Metoden har en hög framgångsfaktor och är kostnadseffektiv för samhället. EMDR erbjuder utmärkta möjligheter som en ytterligare intervention för att hjälpa dina klienter effektivt och evidensbaserad.

EMDR kan du använda när du behandlar eller vägleder dina patienter/klienter som har varit med om påfrestande händelser. Metoden är praktiskt, protokollförd, effektivt och ger ofta fort resultat. De flesta besvär människor har är en konsekvens av negativa

erfarenheter. Med EMDR i din verktygslåda kan du ta bort blockeringar och vara ännu mer effektiv i behandlingen av dina klienter eller patienter.

Trauman kan leda till olika tillstånd som exempelvis ångest, panik, fobier, sorgereaktioner, rädsla, oro, negativ självbild, långvarig smärta, migrän, mardrömmar, negativa tankar, nedstämdhet, ätstörningar, stress, undvikande beteende, sömnproblem, skuld eller beroendeproblematik. Med hjälp av EMDR kan man behandla bakomliggande trauman och dess effekter på ett effektivt sätt och med snabbare resultat. EMDR är en mer terapeut vänlig än till exempel Förlängd Exponering (PE). En EMDR terapeut exponeras inte för alla motbjudande detaljer av en traumatisk händelse därför att klienter endast behöver berätta om händelserna i grova drag.

## Forskning visar

Många vetenskapliga studier har genomförts om effekten av EMDR vid PTSD. Resultaten visar att klienter reagerar bra. International Society for Traumatic Stress Studies (ISTSS) och Världshälsoorganisationen (WHO) rekommenderar metoden starkt vid PTSD även till barn och ungdomar. EMDR har starkt forskningsstöd i behandling av PTSD. I början utvecklades metoden för behandling av PTSD. Nu vet vi att den kan användas vid ett brett spektrum av trauma relaterade besvär som PTSD, ångest, panik, fobier, sorgereaktioner, rädsla, oro negativ självbild, långvarig smärta, migrän, mardrömmar, negativa tankar, nedstämdhet, ätstörningar, stress, undvikande beteende, sömnproblem, skuld eller beroendeproblematik. I en studie från Storbritannien (Mavranouzouli m.fl, 2020) kring olika behandlingsmetoder kostnadseffektivitet visade sig EMDR-terapi vara den metod som var mest kostnadseffektiv för samhället.

## Jeanette Niehof - utbildare i EMDR

Jag, Jeanette 55 år fyllda är uppvuxen och utbildad i Nederländerna och har nu samlat på mig mer än 20 års erfarenhet inom traumabehandling. Internationellt är Nederländerna känt för sin höga standard inom psykologin. Jag är logoped och legitimerad psykolog (1995) i Sverige och Nederländerna. Jag ordförande i EMDR föreningen (<https://emdrforeningen.se/>) och tidigare var jag det även i NL. Önskar du att veta mer om mig och min erfarenhet så vänligen [läs här](#). Jag ser fram emot att träffa dig och få dela med mig av min kunskap inom EMDR!

Varmt välkommen! // Jeanette Niehof