

## Traumebehandling i Vest

Forståelse og behandling av PTSD og komplekse traumer

Ressurscenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging i region vest inviterer DPS og kommunal psykiatritjeneste til et ettårig opplæringsprogram innen traumeforståelse og traumebehandling.

Opplæringen bygger på nyere tenkning innen fagfeltet, med fokus på både PTSD og konsekvensene av relasjonelle traumer i oppveksten. Sistnevnte er ofte pasienter med sammensatte symptomer og overveldende historier, som utfordrer oss faglig og personlig. Traumefeltet gir viktige bidrag til forståelse av disse pasientene, og hvordan man kan forholde seg til både traumehistorien og arbeide med nåværende symptomer og daglig fungering.

**Målet** for opplæringen er å gi deltakerne økt forståelse og trygghet i møtet med pasienter utsatt for traumer. Dette handler både om å til egne seg nyttige redskaper i det praktiske kliniske arbeidet, men også om egen ivaretagelse som hjel-

per. "Traumebehandling i Vest" er et kompetansehevende tiltak for hele DPS og kommunal psykiatritjeneste, det vil si alle behandlere og miljøpersonale ved samtlige avdelinger. Opplæringen vil på denne måten kunne gi en samlende faglig forståelse for pasienter utsatt for traumer.

**Det ettårige** programmet består av 5 hele undervisningsdager, samt veiledning i grupper mellom samlingene. Veiledningen vil foregå enhetsvis, og vil være et viktig supplement for å overføre teoretisk kunnskap til praktisk klinisk arbeid. Undervisningsdagene vil veksle mellom undervisning, øvelser og summing i grupper.

## Dag I: En innføring i grunnleggende traumeforståelse

0900-1200

- » Kasuspresentasjon
- » Orientering om «Traumebehandling i Vest»
- » Litt traumehistorikk
- » Innføring i diagnosen PTSD, symptomer og nevrobiologisk forståelse
- » Psykoedukasjon

1200-1230 Lunsj

1230-1530 Innføring i kompleks PTSD:

- » Tilknytningstraumer og relasjonelle traumer – et utviklingsperspektiv
- » Affektreguleringsvansker som følge av alvorlig traumatisering– begrepet «Window of tolerance» innen traumefeltet
- » Hva er dissosiasjon?

## Dag II: Stabiliserende traumebehandling og kartlegging

0900-1200

- » En innføring i 3-fase modellen for traumebehandling
- » Kartlegging av traumer og traumesymptomer
- » Stabiliserende traumebehandling – øvelser i konkrete metoder og tilnærminger i arbeidet

1200-1230 Lunsj

1230-1530 Fortsettelse av stabiliserende traumebehandling

## Dag III: Behandling av dissosiasjon v/ Modum Bads traumepoliklinikk

Kl. 09.00-12.00:

Om dissosiasjon:

- » Forskjellen på dissosiative symptomer og dissosiative lidelser
- » Om behandling av dissosiative lidelser- fasetenkning
- » Prinsipper for behandling av dissosiative lidelser- samling av det som er fragmentert

Fase 1- Stabilisering:

- » Psykoedukasjon og ferdighetstrening
- » Arbeid med dagliglivsfungering
- » Arbeid med forsvarsrespons (redsel, sinne, tristhet)
- » Hvordan snakke til hele personen? (Multispeak)

*Samtale med Inger Eggen som illustrasjon*

Kl 12.00-12.45: Lunsj

Kl 12.45- 15.30:

Noen teknikker: Trygt sted, De fire vennskapeliggjørende spørsmål

Fase 2: Integrering av traumeminner

Fase 3: Personlighetsintegrering og rehabilitering

*Samtaler med Inger Eggen som illustrasjon på et behandlingsløp*

## Dag IIII: Psykisk helse hos flyktninger og behandling av flyktninger

0900-1200

- » Begreper og rettigheter
- » En helhetlig forståelse for psykisk helse hos flyktninger
- » Særskilte traumeutfordringer

1200-1245

Lunsj

1245-1530

- » Kultur og psykisk lidelse
- » Kultursensitivitet
- » Kulturformuleringen i DSM
- » Bruk av tolk

## Dag IV: Bearbeidende traumebehandling og sekundærtraumatisering

0900-1200

- » En innføring i prinsippene for eksponeringsterapi
- » Oversikt over aktuelle metoder
- » Metoden Narrativ eksponeringsterapi

1200-1245

Lunsj

1245-1530

- » Sekundærtraumatisering og reaksjoner hos hjelperen
- » Hvordan håndtere stressreaksjoner og ta vare på seg selv

## Forelesere:



**Marie-Christine Merametdjian** er utdannet psykolog fra Universitetet i Paris IX, og ved Universitetet i Tromsø. Hun er spesialist i klinisk voksenpsykologi, og har i mange år arbeidet med behandling av multitraumatiserte flyktninger ved Psykososialt Team for Flyktninger i Nord-Norge, og ved RVTS Nord. Hun har også jobbet ved Familievernkontor, BUP, voksenpsykiatrisk

poliklinikk og sengepost. Hun har vært ansatt ved RVTS Vest siden 2007, og jobber i tillegg ved allmenpsykiatrisk poliklinikk ved Kronstad DPS. Marie-Christine har videreutdanning innen Narrativ eksponeringsterapi, EMDR, og sensorimotorisk psykoterapi.



**Sylvi Ramsli Fiskerstrand** er utdannet psykolog ved Universitetet i Bergen, og er spesialist i klinisk voksenpsykologi. Hun har jobbet med behandling av mennesker utsatt for traumer siden hun var ferdig utdannet i 2002, og har også hatt en særfordypning innen arbeid med flyktninger. Sylvi har vært ansatt ved RVTS Vest siden senteret ble opprettet, og har i flere år

også vært tilknyttet allmenpsykiatrisk poliklinikk ved Kronstad DPS. Der jobber hun særskilt med behandling av pasienter utsatt for multiple og komplekse traumer. Sylvi har også jobbet i PPT og ved Sandviken sykehus, og har videreutdanning innen EMDR, Narrativ eksponeringsterapi og sensorimotorisk psykoterapi .



**Ingunn Holbæk** er utdannet psykologspesialist og har vært med å starte opp Modum Bad sin traumepoliklinikk i Oslo. Ved Modum Bad har hun arbeidet med både inneliggende og polikliniske pasienter, samt gruppetilbud for pasienter med komplekse traumelidelser og dissosiasjon.

Ingunn har lang erfaring fra både klinisk arbeid, og som underviser og veileder. Hun har videreutdanning innen EMDR, sensorimotorisk psykoterapi og arbeid med dissosiative pasienter.



**Inger Eggen** har gitt ut to bøker om det å lide av dissosiativ identitetsforstyrrelse. I boken «Bare jeg... en dissosiativ identitetsforstyrrelse» (2008) beskriver hun hvor store konsekvenser vold og overgrep kan ha for et barn, en ungdom og en voksen. I sin andre bok «Fra traumer til

vonde minner» (2013) beskriver hun hvordan hun har arbeidet seg ut av lammende angst og forvirring, der psykologen Ingunn Holbæk Ved Modum Bad sin traumepoliklinikk har en sentral rolle. Inger er utdannet bioingeniør og økonom, og har bla arbeidet i UD og for Norad.

Det blir lagt ut en litteraturliste i tilknytning til undervisningen, som gir mulighet for ytterligere fordypning i tema. Deltakerne har også mulighet for å kontakte RVTS Vest utenom samlingene, for å drøfte aktuelle saker opp mot opplæringen som gis. Opplæringen søkes godkjent som meritterende kurs via aktuelle fagforeninger.

**Vi ønsker DPS og kommunal psykiatritjeneste velkommen til felles traumeopplæring!**