



Kursplan för

# Trauma och traumabehandling utifrån ett kroppsligt perspektiv, 7.5 hp

Trauma and Trauma Therapy From a Bodily Perspective, 7.5 credits

Denna kursplan gäller från och med höstterminen 2021.

Observera att kursplanen finns i följande versioner:

HT21 , HT22 , VT25

Kurskod	2QA328
Kursens benämning	Trauma och traumabehandling utifrån ett kroppsligt perspektiv
Hp	7.5 hp
Utbildningsform	Högskoleutbildning, 2007 års studieordning
Huvudområde	Övriga ämnen
Nivå	Avancerad nivå, kursens fördjupning kan inte klassificeras
Betygsskala	Godkänd, underkänd
Kursansvarig institution	Institutionen för neurobiologi, vårdvetenskap och samhälle
Beslutande organ	Utbildningsnämnden NVS
Datum för fastställande	2020-12-21
Kursplanen gäller från	Höstterminen 2021

## Särskild behörighet

Arbetsterapeut-, fysioterapeut- (sjukgymnast-), logoped-, läkar-, psykolog- eller sjuksköterskeexamen om minst 180 hp. Alternativt kandidatexamen med huvudområdet arbetsterapi, fysioterapi (sjukgymnastik) eller omvårdnad. Dessutom krävs Svenska B/Svenska 3 och Engelska A/Engelska 6 med lägst betyget godkänd/E.

## Mål

Kursens syfte är att öka studentens kunskap om kroppsinriktade behandlingsmetoder vid kris/trauma och posttraumatiskt stressyndrom (PTSD) samt att kunna uppmärksamma, förstå och bemöta traumainducerade dissociativa tillstånd. Ytterligare ett syfte är att kunna anpassa bemötande, stöd och behandling utifrån den egna yrkesprofessionens kompetens.

Efter genomgången kurs ska studenten kunna:

- förklara och beskriva olika nivåer av traumatisering samt redogöra för förklaringsmodeller för uppkomst och vidmakthållande av posttraumatiskt stressyndrom (PTSD) och traumarelaterade psykofysiologiska responser
- identifiera och värdera olika sätt att screena för trauma och dissociativa tillstånd samt förklara och

- motivera för ett psykoedukativt förhållningssätt vid bemötande, stöd och behandling
- förklara och värdera grundläggande principer för traumabehandling utifrån stressreglerings- och anknytningsteori
- beskriva och motivera för kroppsinriktade traumabehandlingsmetoder och deras teoretiska förankring i aktuell kunskap om autonom och emotionell reglering och redogöra för en av dessa behandlingsmetoder mer ingående
- resonera kring patientfall och planera för ett traumasensitivt kroppsinriktat behandlingsupplägg utifrån den enskilda patientens behov och den egna yrkesprofessionens kompetens
- reflektera över och kritiskt värdera det empiriska stödet inom det aktuella kunskapsområdet
- reflektera över och delge erfarenheter av eget övande som syftar till autonom reglering (tex deltagande i yoga- eller mindfulnessbaserade klasser, Tai Chi, Qigong, Feldenkrais etc)

## Innehåll

- Kris och trauma och dess konsekvenser för hälsa
- Förklaringsmodeller för utveckling och vidmakthållande av PTSD och dissociativa tillstånd
- Psykofysiologiska stressresponser med specifikt fokus på frysresponser
- Trauma och anknytning
- Traumainducerad skam och dess inverkan på terapeutisk allians
- Kroppens autonoma styr- och regleringssystem
- Grundläggande behandlingsprinciper inklusive psykoedukation
- Integrering av bottom-up och top-down processer vid behandling av trauma och PTSD
- Översikt av traumasensitiva kroppsinriktade behandlingsmetoder (s.k. body-mind tekniker)

## Arbetsformer

Undervisningen utgår ifrån ett problemorienterat och kollaborativt synsätt på lärande där arbetsformerna ger förutsättning för studenterna att aktivt ta ansvar för sitt lärande. Arbetsformerna som tillämpas är: föreläsningar, litteraturstudier, seminarier, patientfallsdiskussioner samt upplevelsebaserade workshops. Case metodik tillämpas vid diskussion av patientfall. Vikt läggs vid reflektionsförmåga kring interprofessionellt samarbete och hur kunskapen kan tillämpas med utgångspunkt i den egna yrkesprofessionens kompetens och kunskapsbas.

Samtliga schemalagda undervisningsinslag är obligatoriska. Examinator bedömer om och i så fall hur frånvaro från obligatoriska utbildningsinslag kan tas igen. Innan studenten deltagit i de obligatoriska utbildningsinslagen eller tagit igen frånvaro i enlighet med examinatorns anvisningar kan inte studieresultaten slutrapporteras. Frånvaro från ett obligatoriskt utbildningsinslag kan innebära att den studerande inte kan ta igen tillfället förrän nästa gång kursen ges.

## Examination

Examinationen sker i form av individuell skriftlig tentamen bestående av en fallbeskrivning som inkluderar planering av ett behandlingsupplägg. Dessutom krävs aktivt deltagande vid kursens seminarier (dvs att vara förberedd och inläst samt att ha reflekterat över relevanta ämnen för att kunna bidra till diskussionerna).

Kursdeltagare som ej är godkänd efter ordinarie examinationstillfälle har rätt att delta vid ytterligare fem examinationstillfällen. Om det föreligger särskilda skäl, eller behov av anpassning för kursdeltagare med funktionsnedsättning, får examinator fatta beslut om att frångå kursplanens föreskrifter om examinationsform, antal examinationstillfällen, möjlighet till komplettering eller undantag från obligatoriska utbildningsmoment, m.m. Innehåll och lärandemål samt nivå på förväntade färdigheter, kunskaper och förmågor får inte ändras, tas bort eller sänkas.

## Övergångsbestämmelser

Examination kommer att tillhandahållas under ett år efter en eventuell nedläggning av kursen alternativt vid ny kursplan.

## Övriga föreskrifter

Kursutvärdering sker enligt de riktlinjer som är fastställda av Kommittén för utbildning på grundnivå och avancerad nivå.

Kursen får inte tillgodoräknas i examen samtidigt med genomgången och godkänd kurs, vars innehåll helt eller delvis överensstämmer med innehållet i kursen.

## Litteratur och övriga läromedel

### Rekommenderad litteratur

Förutom rekommenderad litteratur bygger kursen på aktuella vetenskapliga artiklar och delar ur en kommande bok.

Biguet, G., Bragée, B., Henje, E., Levy-Berg, A & Waldegren, T. Trauma och traumabehandling utifrån ett kroppsligt perspektiv.

#### **Att förstå kroppens budskap : sjukgymnastiska perspektiv**

*Biguet, Gabriele; Keskinen-Rosenqvist, Riitta; Levy Berg, Adrienne*

1. uppl. : Lund : Studentlitteratur, 2012 - 406 s.

ISBN:978-91-44-07321-7 LIBRIS-ID:13512943

*Valda delar*

[Sök i biblioteket](#)

*Barrett, Lisa Feldman; Thorborg, Elisabet*

#### **Så skapas känslor : hjärnans hemliga liv**

*Gombrii, Sara*

Johanneshov : MTM, 2019 - 2 CD-R

LIBRIS-ID:mxrskszrkvmwjlp

*Valda delar*

*Boon, Suzette; Steele, Kathy; Hart, Onno van der*

#### **Att hantera traumarelaterad dissociation : färdighetsträning för patienter och deras terapeuter**

*Lander, Kristina; Gerge, Anna*

Andra upplagan : [Vaxholm] : Insidan, [2018] - 428 sidor

ISBN:9789198373332 LIBRIS-ID:22629522

*Valda delar*

[Sök i biblioteket](#)

*Bragée, Britt W.*

#### **När kroppen säger ifrån : program för självhjälp**

[Stockholm : Britt Bragée], cop. 2012 - 116 s.

ISBN:978-91-637-1769-7 LIBRIS-ID:13754359

[Sök i biblioteket](#)

#### **Interoception, Contemplative Practice, and Health**

*Norman Farb; Catherine Kerr; Wolf E. Mehling; Olga Pollatos*

Frontiers Media S.A, 2017

LIBRIS-ID:21068994

*Valda delar*

*Jeding, Kerstin; Grossi, Giorgio*

**Krisstress : att hantera en pandemi, coronaoro och andra långvariga påfrestningar**

Natur & Kultur, 2020

ISBN:9789127829220 LIBRIS-ID:8mbt9l676kh9ccbkc

[Sök i biblioteket](#)

*Levine, Peter A.; Maté, Gabor*

**In an unspoken voice : how the body releases trauma and restores goodness**

Berkeley, Calif. : North Atlantic, 2010 - 370 p.

ISBN:9781556439438 LIBRIS-ID:13918012

[Sök i biblioteket](#)

*Nijenhuis, Ellert R. S.*

**The trinity of trauma : ignorance, fragility, and control**

Göttingen : Vandenhoeck & Ruprecht, [2015-2017] - 2 volumes

ISBN:978-3-525-40247-41 LIBRIS-ID:22364399

*Valda delar*

[Sök i biblioteket](#)

*Van der Kolk, Bessel A.*

**The body keeps the score : brain, mind, and body in the healing of trauma**

New York, New York : Penguin Books, 2015 - 445 s.

ISBN:9780143127741 LIBRIS-ID:18472439

[Sök i biblioteket](#)

*Wennerberg, Tor*

**Vi är våra relationer : om anknytning, trauma och dissociation**

1. uppl. : Stockholm : Natur & Kultur, 2010 - 298 s.

ISBN:978-91-27-11817-1 LIBRIS-ID:11269050

[Sök i biblioteket](#)