

## Välkommen till utbildning i metoden Teaching Recovery Techniques (TRT) med barnfokus

24-26 april i Stockholm

- Plats:** Sollidens galleri, Skansen.  
<http://www.skansensrestauranger.se/lokaler/sollidens-galleri/>  
Ange Bris i Skansen huvudingång för inträde.
- Tider:** Tis 24/4: Registrering och fika 9.30, Start 10.00–16.30  
Ons 25/4: Kl. 9.00–16.30  
Tor 26/4: Kl. 9.00–16.00

**Anmälan:** Anmälan [görs via denna länk](#).

Uppdrag Psykisk Hälsa och Bris genomför utbildningar i metoden Teaching Recovery Techniques (TRT) - ett manualbaserat program med teoretisk bas inom Kognitiv Beteende Terapi (KBT).

### Vad är TRT?

TRT är en gruppintervention för barn och unga med traumasymptom från krig eller katastrofer. Metoden fokuserar på tekniker som syftar till att hjälpa barnen hantera traumatiska minnen genom inslag såsom psykoedukation, avslappningsövningar, andningsövningar och imaginära tekniker. Interventionen bidrar till att barn och unga får strategier att förhålla sig till det som varit, hantera vardagen och må bättre här och nu.

Programmet är utvecklat av Children and War Foundation i Norge och har med goda resultat använts för traumadrabbade barn och ungdomar i ett antal länder som drabbats av katastrofer och konflikter. TRT har utvärderats i tidigare internationella studier. Sedan hösten 2016 har metoden, som del i ett svenskt forskningsprojekt på Institutionen för folkhälso- och vårdvetenskap vid Uppsala universitet, testats i olika verksamheter som arbetar med ensamkommande barn runtom i landet.

**Syftet** med utbildningen är att ge deltagarna kunskap och verktyg att, inom ramen för den egna verksamheten, starta och genomföra TRT-stödgrupper för barn som flytt.

### Målgrupp

Utbildningen riktar sig till dig som arbetar inom primärvård eller kommunal verksamhet och möter barn som flytt i din verksamhet och planerar att hålla stödgrupper. Grundkrav för att gå

utbildning är högskoleutbildning i människovårdande yrke, eller annan erfarenhet som bedöms som likvärdig.

## Innehåll och längd

Utbildningen är tre dagar och innehåller bl. a:

- Vanliga reaktioner på trauma
- Självhjälptekniker
- Avslappningstekniker
- Praktiskt kring att hålla grupp
- Erfarenheter från implementering i Sverige
- Forskning knutet till TRT

## Utbildare

- Utbildare är Somaya Ghanem, TRT-gruppledare inom Bris gruppstöd, samt Sofia Grönkvist, Enhetschef Bris gruppstöd. Email: [somaya.ghanem@bris.se](mailto:somaya.ghanem@bris.se), [sofia.gronkvist@bris.se](mailto:sofia.gronkvist@bris.se)
- Kajsa Ådahl, projektledare TRT vid Institutionen för folkhälso- och vårdvetenskap, Uppsala universitet ansvarar för de delar som handlar om det pågående forskningsprojektet. Email: [kajsa.adahl@pubcare.uu.se](mailto:kajsa.adahl@pubcare.uu.se)

## Resurskrav för genomförande av TRT

För att lyckas genomföra gruppstödet krävs att verksamheten avsätter rätt resurser. Det krävs två gruppledare för att hålla grupp. Av erfarenhet vet vi också att gruppstöd kräver mer tid än vad många tror. Det är framförallt målgruppsrekryteringen som kräver mycket arbete. Arbetet kräver 20 % av en heltid per gruppledare för förberedelsearbete, rekrytering, genomförande, uppföljning och efterarbete.

## Anmälan och kontakt

Vid hög efterfrågan kommer prioritet ges till deltagare från de verksamheter som bedöms ha bäst förutsättningar att genomföra TRT-grupper. Vi ber dig därför noggrant tänka igenom frågorna i anmälningsformuläret. Utbildningen är kostnadsfri men anmälan är bindande och vid utebliven närvaro faktureras en kostnad på 1000 kr.

Har du frågor om utbildningens innehåll kan du även kontakta Sofia Grönkvist på telefonnummer 08-598 888 04 eller mejla på [sofia.gronkvist@bris.se](mailto:sofia.gronkvist@bris.se).