

# Psykiatri för icke-psykiatriker

Alla som arbetar inom hälso- och sjukvård har stor nytta av grundläggande kunskaper i psykiatri och vilka uttryck psykiska störningar kan ta sig. Denna kurs ger dig en bred översikt över det psykiatriska sjukdomspanoramats och behandlingsmöjligheterna, samt lätt tillämpbar vardagspsykologi som ökar dina möjligheter att ge drabbade patienter och medarbetare ett optimalt och professionellt bemötande.

Vi möter alla människor som mår dåligt. Om vi lär oss hur de vanligaste psykiska sjukdomarna, stressrelaterade störningarna, neuropsykiatriska tillstånden och personlighetsavvikelserna tar sig uttryck kan vi lättare upptäcka när någon är drabbad. Att vi förstår hur den berörde mår är en förutsättning för att vi ska kunna hjälpa hen med det som behövs, vare sig hen är patient/klient inom vård och omsorg eller medarbetare på vår arbetsplats. I vården möjliggör våra kunskaper att patienten får rätt diagnos och behandling. På arbetsplatsen bidrar kunskaperna till att skapa en hälsosam arbetsplats där samtliga medarbetare mår bra och får vad de behöver för att kunna prestera på topp, till glädje för både dem och organisationen.

## **UTBILDNINGEN GÅR IGENOM:**

- De vanligaste psykiska sjukdomarna
- De vanligaste stressrelaterade tillstånden, till exempel utbrändhet och utmattningssyndrom
- Utvecklingsrelaterade funktionsavvikelser, till exempel ADHD och autism
- De vanligaste personlighetsavvikelserna
- Hur du hjälper en människa i kris
- Hur du hjälper en människa med självmordstankar
- Samtalskonst och goda möten
- Hur du kan hantera missnöje och hot
- Hur du kan ta hand om dig själv för att minska risken för att du själv ska fara illa eller bli sjuk av ditt arbete

## **UTBILDNINGEN RIKTAR SIG TILL:**

Alla som arbetar med människor och som därför har nytta av en ökad förståelse för hur vi fungerar både till vardags och när vi inte mår så bra. Om du vill lära dig att känna igen de vanligaste psykiatriska tillstånden och öka din förmåga att prata med och hjälpa de drabbade är detta kursen för dig.

## **MÅL MED UTBILDNINGEN:**

Du kommer efter kursen att känna till de vanligaste psykiatriska sjukdomarna och personlighetssyndromen, inklusive de idag så vanliga stressrelaterade

åkommorna, och hur dessa behandlas. Du kommer därtill att känna dig tryggare i att samtala med alla drabbade och förhoppningsvis våga prata med alla om allt när kursen är avslutad!

## **MICHAEL RANGNE**

Michael Ragne är specialist i psykiatri och arbetar sedan 1993 vid Norra Stockholms psykiatri där han för närvarande varvar sitt arbete som chef för klinikens utbildningsläkare med jourarbete vid klinikens akutenhet. Han har omfattande erfarenhet av att utbilda personal inom vård, socialtjänst, skola, HR och chefer om psykologi och psykiatri, "besvärliga" patienter och medarbetare, samtalskonst, stresshantering, arbetsglädje och arbetsmiljöarbete.

## **PROGRAM**

### *Första dagen*

#### **09.00 Välkomnande och introduktion**

#### **09.15 - 10.15 Introduktion till psykiatrin**

- Den psykiska ohälsans rötter, omfattning och konsekvenser
- Symtom, diagnostik och behandling vid psykisk ohälsa
- De vanligaste tillstånden
- Hur är vården organiserad, hur gör patienten för att få rätt vård?
- Sökvägar och informationskällor

### *Kaffe*

#### **10.35 - 12.00 Möten och samtalskonst**

- Hur pratar jag med en människa som mår dåligt?
- Hur jag ser på patienten påverkar mitt bemötande
- Identifiera felaktiga kartor och orimliga förväntningar
- Den nödvändiga balansen mellan integritet och anpassning

### *12.00 - 13.00 Lunch*

#### **13.00 - 14.00 Stressrelaterad ohälsa vid långvarig överbelastning**

- Utbrändhet
- Utmattningssyndrom
- Några tips för att skydda dig själv

#### **14.00 - 14.45 Stressrelaterad ohälsa vid akut förlust och trauma**

- Sorg och krisreaktion
- Anpassningsstörning
- Akut och posttraumatiskt stressyndrom
- Att möta en människa i kris

*Kaffe*

**15.05 - 16.00 Förstämningssjukdomar**

- Depression
- Bipolär sjukdom
- Hur kan du göra för att hjälpa den drabbade?

**16.00 - 16.10 Lagen om psykiatrisk tvångsvård**

- Vad innebär vård enligt LPT?
- När ska vård ges med stöd av LPT?

**16.10 - 16.50 Att möta en människa med självmordstankar**

- Myter och fakta om självmord
- Hur bedömer du hur stor risken är för självmord?
- Hur kan du hjälpa den självmordsnära patienten?

**16.50 - 17.00 Tid för frågor**

*Andra dagen*

**09.00 - 09.15 Frågor och uppföljning av första kursdagen**

**09.15 - 10.00 Psykossjukdomar**

- Vanföreställningssyndrom
- Schizofreni
- Hur du bemöter en psykotisk människa

**10.00 - 10.15 Ångestsjukdomar och tvångssyndrom**

- Social ångest
- Specifik fobi
- Paniksyndrom
- Generaliserat ångestsyndrom
- Tvångssyndrom

*Kaffe*

**10.35 - 11.15 Ångestsjukdomar och tvångssyndrom, fortsättning**

**11.15 - 12.00 Utvecklingsrelaterade funktionsavvikelser**

- Intellektuell funktionsnedsättning
- ADHD och DAMP

- Autism

*12.00 - 13.00 Lunch*

**13.00 - 13.30 Utvecklingsrelaterade funktionsavvikelser, fortsättning**

**13.30 - 14.30 Personlighetssyndrom och självskadebeteende**

- Vad innebär begreppen?
- Hur känner du igen en patient med personlighetssyndrom?
- Hur känner du igen narcissistiska, antisociala/psykopatiska och emotionellt instabila personlighetsdrag, och hur kan du då förhålla dig?
- Självskadebeteende

*Kaffe*

**14.50 - 16.20 Det svåra mötet**

- Missnöjda, hotfulla och aggressiva människor
- Rättshaveristiskt beteende

**16.20 - 17.00 Frågor och kursavslutning**